

Saimaan ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta
Sosiaalialan koulutusohjelma

Soile Orkamaa

Eka vauva -kerho vanhemmuuden tukena

Opinnäytetyö 2013

Tiivistelmä

Soile Orkamaa

Eka vauva-kerho vanhemmuuden tukena

47 sivua, 2 liitettä

Saimaan ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta

Sosiaalialan koulutusohjelma

Opinnäytetyö 2013

Ohjaajat: koulutuspäällikkö Helena Wright, Saimaan ammattikorkeakoulu,

lapsityönohjaaja Laura Toivanen, Lappeenrannan ev.lut. seurakunta

Tämä opinnäytetyö on selvitys Lappeenrannan seurakunnan Eka vauva -kerhon toiminnasta. Tarkoituksena oli selvittää miten kerho lisää vanhemman ja vauvan vuorovaikutusta, ja saavatko vanhemmat kerhosta vertaistukea. Eka vauva -kerho on Lappeenrannan seurakunnan lapsityön järjestämä kerho ja se kuuluu perhekerhojen kokonaisuuteen. Tavoitteena oli myös saada vanhemmilta ideoita siihen miten kerhoa voitaisiin jatkossa kehittää.

Teoriaosuudessa käsitellään vanhemman ja vauvan varhaista vuorovaikutusta ja kiintymyssuhdetta, leikin merkitystä vuorovaikutukseen, vanhemman roolia varhaisen vuorovaikutuksen tukemisessa sekä vertaistuen merkitystä.

Teoriaosuus on koostettu monista kirja- ja internet-lähteistä.

Selvitysaineisto hankittiin kvalitatiivisella lomakekyselyllä tammikuussa 2013. Kysely jaettiin Eka vauva -kerhon vanhemmille yhden kerhokerran aikana, ja kerhoon jätettiin myös tyhjiä kyselylomakkeita. Kaikkiaan vastauksia saatiin kymmeneltä äidiltä. Lomakkeen kysymykset olivat avoimia, koska kyselyssä tärkeässä osassa olivat juuri vanhempien omat kokemukset ja ajatukset kerhosta sekä sen toiminnasta.

Eka vauva -kerho tukee varhaista vuorovaikutusta ja tarjoaa vanhemmille vertaistukea. Kerhosta opitaan myös uusia lauluja ja leikkejä, jotka tukevat äidin ja vauvan välistä varhaista vuorovaikutusta. Esikoisensa saaneet äidit tapaavat kerhossa toisiaan ja voivat näin solmia uusia ystävyyssuhteita, sekä vaihtaa kokemuksiaan mieltä askarruttavista aiheista. Myös sitä pidettiin tärkeänä asiana, että vauvat saavat kerhosta ikäistään seuraa.

Asiasanat: Varhainen vuorovaikutus, kiintymyssuhde, vanhemmuus, vertaistuki

Abstract

Soile Orkamaa

First-Baby Support Group for Parents

47 pages, 2 appendices

Saimaa University of Applied Sciences, Lappeenranta

Health Care and Social Services, Degree Program in Social Services

Bachelor's Thesis 2013

Instructors: Senior Lecturer Helena Wright, Saimaa University of Applied Sciences, Lappeenranta Parish Superior for Children's Work Laura Toivanen

This thesis is an account First-Baby Club activities. The purpose was to find out how the support group increased parent and baby interaction, and did parents get peer support from club activities. First-Baby Club was organised by Lappeenranta's Parish child work. The main goal was to get from parents ideas about how to improve the club work in the future.

Theory part is about parent and child early interaction and attachment, the playing purpose to interaction, parent's role of early interaction support and peer support meaning. The theoretical part is composed of many books and Internet sources.

Data were gathered using a qualitative questionnaire in January of 2013. Questionnaires were distributed to First-Baby Club parents during one club day and to the club were left some blank questionnaires. Answers were received from ten mothers. The form questions were open-ended because an important part of the survey was just the parents' own experiences and ideas of the club and its activities.

First-Baby Club supports early interaction and provides peer support for parents. The club teaches new songs and games that support mother and baby early interaction. Mother's caring for their first baby meet each other at the club and interact so they can make new friendships. Mothers can also share their experiences, especially about what troubles their minds. Also, it was seen important issue that the club offers same age friends to babies.

Keywords: early interaction, attachment, parenthood, peer support.

Sisältö

Tiivistelmä	2
Abstract.....	3
1 Johdanto	5
2 Varhainen vuorovaikutus	6
2.1 Vauvan rooli vuorovaikutuksessa	8
2.2 Vauva-vanhempisuhte.....	9
3 Vauvan ja vanhemman välinen kiintymyssuhde.....	10
3.1 Kiintymyssuhteen vahvistaminen ja tukeminen	13
3.2 Vanhemman tunteet ja tarpeet	14
4 Leikin merkitys varhaisessa vuorovaikutuksessa.....	15
5 Vanhemman rooli vuorovaikutuksen tukijana.....	17
5.1 Johdonmukaisuus ja pitkäjänteisyys	17
5.2 Herkkyys viesteihin.....	18
5.3 Vastavuoroisuus.....	18
5.4 Tunnetilojen jakaminen ja vaihtelevuus	19
5.5 Tunteiden säätely	20
5.6 Tunteiden yhteensovittaminen ja soinnuttaminen.....	21
5.7 Temperamentin ymmärtäminen.....	22
6 Vertaistuki ja vertaisryhmä varhaisen vuorovaikutuksen tukijana	23
7 Lappeenrannan seurakunnan Eka vauva -kerho	25
8 Opinnäytetyön tavoitteet ja toteutus.....	25
8.1 Tutkimustyyppi	26
8.2 Käytännön toteutus	27
8.3 Analysointi	28
9 Kyselyn tulokset.....	29
9.1 Taustatiedot.....	29
9.2 Varhainen vuorovaikutus.....	31
9.2.1 Ohjaajien vaikutus ja merkitys varhaisen vuorovaikutuksen lisääntymiseen	32
9.3 Kerhon tuoma vertaistuki.....	32
9.4 Kerhon toiminnan kehittäminen	33
9.5 Miksi äidit käyvät Eka vauva -kerhossa.....	34
10 Opinnäytetyön eettisyyden ja luotettavuuden arviointi	35
11 Yhteenveto ja pohdinta	39
Lähteet.....	42

Liitteet

Liite 1	Kyselylomake
Liite 2	Saatekirje

1 Johdanto

Varhaisella vuorovaikutuksella tarkoitetaan kaikkea yhdessäoloa, toimintaa ja kokemuksia vauvan ja vanhemman välillä. Tärkeää on, että vanhempi tunnistaa ja vastaa vauvansa viesteihin, ja että vauva reagoi vanhempansa hoivaan. (Hauhia ym. 2007.) Oleellisena osana varhaiseen vuorovaikutukseen kuuluu myös kiintymyssuhde. Vähitellen vauvan ensimmäisen ikävuoden aikana varhaisen vuorovaikutuksen myötä vauvan ja vanhemman välille syntyy kiintymyssuhde. (Salo 2006, 45; Sinkkonen 2003, 93.) Kiintymyssuhteella tarkoitetaan vauvan taipumusta muodostaa voimakkaita tunnesiteitä vanhempiinsa arjen toistuvissa vuorovaikutustilanteissa (Sinkkonen 2003, 93). Tärkeänä osana vanhemmuuteen kuuluu myös vertaistuki, jolla tarkoitetaan toisen samassa elämäntilanteessa olevan henkilön antamaa tukea (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 113).

Opinnäytetyöni tarkoituksena on tuottaa tietoa siitä toteutuvatko Eka vauvakerholle laaditut tavoitteet käytännössä. Kerhon tavoitteena on tukea vauvan ja vanhemman välistä varhaista vuorovaikutusta ja tarjota vanhemmille mahdollisuus vertaistukeen. Opinnäytetyöni idea nousi työelämän aloitteesta keväällä 2012. Tarkoituksena on, että opinnäytetyöni pohjalta Eka vauva -kerhoa voitaisiin kehittää vastaamaan paremmin vanhempien ja vauvojen tarpeisiin.

Opinnäytetyöni muodostuu teoriaosuudesta, käytännön toteutuksesta ja tuloksista. Teoriaosuudessa käyn läpi tulosten kannalta tärkeitä asioita, kuten varhaista vuorovaikutusta, kiintymissuhdetta ja vertaistukea. Käytännön toteutus osiossa käyn tarkemmin läpi opinnäytetyöni toteutustapaa ja tulokset kohdassa avaan saamiani tuloksia.

Kiinnostuin Eka vauva -kerhon toiminnasta, koska riittävän hyvä vauvan ja vanhemman välinen varhainen vuorovaikutus luo pohjan koko lapsen muulle kehitykselle. Positiivinen varhainen vuorovaikutus on siis erittäin tärkeä asia ja siksi sitä on tuettava kaikilla mahdollisilla keinoilla. Vauvakerhon toimintaa ja tavoitteiden toteutumista ei ole aikaisemmin tutkittu tarkemmin, ohjaajat ovat vain keränneet vanhemmilta pienimuotoista palautetta kerhosta.

Opinnäytetyöni kehittää osaamistani varsinkin varhaisen vuorovaikutuksen ja vertaistuen merkityksen osalta. Suoritan lastentarhanopettajan pätevyyden, joten nämä asiat ovat tärkeitä myös ammatillisen kehitykseni kannalta. Lastentarhanopettajan on hyvä ymmärtää varhaisen vuorovaikutuksen merkitys, koska työssään hän on itsekkin jatkuvasti vuorovaikutuksessa lasten kanssa. Vauvan ja vanhemman välisen varhaisen vuorovaikutuksen laatu vaikuttaa myös lapsen käytökseen. Lastentarhanopettajalle onkin erittäin tärkeää, että hän ymmärtää lapsen käytöksen taustalla olevat tekijät ja mistä lapsen käytös osittain johtuu.

2 Varhainen vuorovaikutus

Kannisen ja Sigfridsin (2012, 27) mukaan vauva on sosiaalisesti riippuvainen olento. Jokainen meistä saa syntymässään tietynlaisen geeniperimän, mutta ihmismielen kehitykseen vaikuttavat muutkin tekijät. Mieleemme kehittyikin silloin kun olemme yhteydessä muiden mieliin. Sosiaalisen vuorovaikutuksen vaikutusta meihin voi olla joskus vaikea huomata, koska sen vaikutukset ovat niin moninaisia ja perusteellisia. Vauvalla on heti syntymästään kyky ja tarve olla vuorovaikutuksessa. Ensimmäiset ihmissuhteet ovat tärkeitä, koska niistä vauva oppii millainen hän on, minkälaisia muut ovat, miten hänen läheisensä kohtelevat häntä ja miten hän itse vaikuttaa heihin. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012.) Sjöberg (2009, 26) toteaaakin, että vauva opettelee tuntemaan itseään sen kautta miten hänen kanssaan ollaan.

Varhainen vuorovaikutus muovaa siis monia ruumiintoimintojamme, tunnekokemuksiamme ja toimintatapojamme. Varsinkin ensimmäiset ikävuodet ovat merkittäviä varhaisen vuorovaikutuksen kannalta, koska ruumiin järjestelmät ja erityisesti aivot ovat silloin vielä muotoutumassa. (Kanninen & Sigfrids 2012, 27.) Ensimmäisten elinvuosien aikana vauvalle muodostuvat myös perusturvallisuuden ja luottamuksen kokemukset, jotka heijastuvat lapsen myöhempiin ihmissuhteisiin ja luovat pohjaa hyvälle itsetunnolle ja minäkuvalle sekä kehittävät empatiakykyä. Varhaisten vuosien toistuvat vuorovaikutuskokemukset vaikuttavat myös aivojen kehitykseen.

(Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012.) Kanninen ja Sigfrids (2012, 27) toteavatkin, että aivotutkimukset ja sosiaalinen neurotiede ovat osoittaneet vauvan aivojen muotoutuneen vuorovaikutuksessa ja mukautuneen samalla tärkeimpien ihmissuhteiden tunneilmapiiriin.

Varhaisella vuorovaikutuksella tarkoitetaan kaikkea toimintaa, kokemuksia ja yhdessäoloa vanhemman ja vauvan välillä ensimmäisten vuosien aikana. Itkulla, ilmeillään, katseellaan ja liikkeillään vauva hakee hoivaa vanhemmaltaan silloin kun hän sitä tarvitsee. (Hauhia ym. 2007.) Jotta vauva oppisi luottamaan elämäänsä ja itseensä on tärkeää, että hänen tarpeitaan ei laiminlyödä jatkuvasti, vaan niihin vastataan säännöllisesti ja johdonmukaisesti (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012). Sjöbergin (2009, 26) mukaan vauvalle on tärkeää tulla nähdyksi ja katsella, tulla kuulluksi ja kuunnella, tulla kosketetuksi ja koskettaa, koska näin vauva muodostaa itselleen kuvan maailmasta, sekä oppii ja kehittyy. Nämä ovat myös tärkeitä vuorovaikutuksen väyliä vauvan ja vanhemman välillä. Silven ja Kouvo (2010, 84) toteavat myös, että vuorovaikutuksessa vanhempiensa kanssa vauva oppii säätelemään omia tunteitaan ja toimimaan muiden ihmisten kanssa.

Vauvan kehityksen kannalta on tärkeää, että hän pystyy solmimaan pysyvän ja pitkäkestoisen suhteen häntä pääsääntöisesti hoitaviin aikuisiin, yleensä vanhempiinsa. Tämä kiintymyssuhde muotoutuu ja vahvistuu yhteisissä arjen tekemisissä. Hyvän pohjan varhaisvuosien kasvulle luovat pysyvät ihmissuhteet ja lapsiperheen arki, jossa lapsen perustarpeista huolehditaan turvallisissa ja tutuissa rutiineissa. Tärkeää kehityksen kannalta on myös osoittaa rakkautta ja hyväksyntää, sekä asettaa turvallisia rajoja. Arkitilanteissa, kuten kylvetyksessä, vaipanvaihdossa, ruokailussa, nukkumaan laitossa ja leikeissä sekä muissa arjessa toistuvissa yhteisissä hetkissä opetellaan yhdessä elämistä ja ollaan vuorovaikutuksessa. Tällaisissa tilanteissa juuri kohdataan, seurustellaan, jaetaan kokemuksia sekä osoitetaan ja jaetaan tunteita. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012.) Sjöberg (2009, 26) muistuttaakin, että kommunikaatiomuodoista juuri kosketus on erittäin tärkeä ja vahva, koska sen avulla tunne välittyy helposti.

Yhdessä tekemiseen ei aina tarvita suuria päämääriä ja tavoitteita, vaan tärkeää on olla yhdessä (yhteenkuuluvuus) ja jakaa kokemuksia (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012). Varhaisessa vuorovaikutuksessa vanhempi tunnistaa ja vastaa vauvan viesteihin ja vauva reagoi vanhemman hoivaan (Hauhia ym. 2007). Aloite vuorovaikutukseen voi lähteä joko vanhemmalta tai vauvalta (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012).

2.1 Vauvan rooli vuorovaikutuksessa

Vauvalla on tärkeä rooli vuorovaikutuksessa. Hän ei ole vain passiivinen vuorovaikutuksen vastaanottaja, vaan tekee aktiivisesti aloitteita ja hakee yhteyttä vanhempaansa (Sjöberg 2009, 26). Jo pelkkä vauvan olemus on sellainen, että se kutsuu vanhempia vuorovaikutukseen vauvan kanssa (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012). Sjöbergin (2009, 18) mukaan vauva tarvitsee ääntä, jotta hänen tarpeensa ja hänet huomataan. Äänen lisäksi vauva kommunikoi ilmeillä, eleillä ja liikkeillä. Nämä auttavat vauvaa saamaan vastauksia tarpeisiinsa ja tunteisiinsa.

Vauvalle erityisen tärkeää on juuri se miten vanhemmat huomioivat ja tulkitsevat hänen kaikkia viestejään (Sjöberg 2009, 18). Vanhemman katseesta ja kosketuksesta vauva lukee sen kuinka erityinen, ihana ja rakastettu hän on (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012). Sen takia juuri vanhemman ylikorostuneet ilmeet ja äänenpainot ovat vauvalle erityisen tärkeitä. Toistuvien kokemusten kautta vauva oppii uusia asioita, joten on tärkeää, että arjessa toimitaan johdonmukaisesti ja ennakoitavasti. Tällaisissa tilanteissa vauvan on myös helpompi sitoutua ja kiinnittyä vanhempaansa, koska vauva on riippuvainen toisen antamasta hoivasta. Se miten vuorovaikutus vauvan ja vanhemman välillä sujuu vaikuttaa siihen, millaisen mahdollisuuden vauva saa oppia ja kehittyä. (Sjöberg 2009, 18, 27.) Kanninen ja Sigfrids (2012, 28) toteavatkin, että vuorovaikutuksessa aikuisen kanssa vauva saa myös käsityksiä siitä millainen hän itse on, millaisia muut ovat, miten saa turvaa ja millainen maailma on. Näiden käsitysten pohjalta vauva suuntautuu uusiin ihmissuhteisiin.

2.2 Vauva-vanhempisuhte

Alusta alkaen vanhempi keskustelee vauvansa kanssa (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012). Vanhempi huomaa ja tulkitsee vauvan kiinnostuksen kohteita sekä vahvistaa tulkintaansa ikään kuin vauvan sanoin (Sjöberg 2009, 19). Vauva kertoo katseen pois kääntämisellä, haukottelemalla tai silmät sulkemalla, ettei jaksakaan enää keskustella. Vanhemman ei siis tarvitse olla huolissaan siitä, että hän rasittaisi vauvaa liikaa keskustelullaan. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012.)

Vaikeiden tunnetilojen aikana vauva tarvitsee kuitenkin enemmän vanhemman läsnäoloa, tyyntytystä, rauhoitusta ja lohdutusta (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012). Ilmeidensä, kosketuksensa ja äänensä avulla vanhempi voi auttaa vauvaa säätelmään tunteitaan (Sjöberg 2009, 19). Mitä pienempi vauva on sitä nopeammin syliä ja lohtua tarvitaan. Aina vanhempi ei saa pois vauvan pahaa mieltä, mutta hän voi auttaa vauvaa sietämään pahaa oloa. Vauva nimittäin kokee, että vanhemman sylissä on turvallista ja hyvä olla, vaikka olisikin paha mieli. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012.)

Toimivan vauva-vanhempisuhteen kannalta tärkeää on, että vanhempi havaitsee vauvan viestejä, tulkitsee niitä oikein sekä vastaa niihin nopeasti ja tarkoituksenmukaisesti (Silven & Kouvo 2010, 82). Vanhempi siis eläytyy vauvan tunnetilaan ja todellisuuteen sekä kysyy vauvalta mitä tämä haluaa tai tarvitsee. Antamalla vauvan äänille merkityksiä vanhempi vahvistaa yhteyden ja tuttuuden tunnetta. (Sjöberg 2009, 27–28.) Kun vauva tietää, että hänen tarpeidensa ilmaisut johtavat läheisyyteen ja hyvään mieleen vauvan luottamus vanhempaa kohtaan kasvaa (Silven & Kouvo 2010, 82). Sjöberg (2009, 27) toteaaakin että, vanhemman on tärkeää olla läsnä vuorovaikutustilanteissa, koska vauva oppii tunteidensa säätelyä vain toisen ihmisen kautta.

Aina vanhempi ei kuitenkaan osaa tulkita vauvan viestejä oikein. Tämä ei ole vaarallista, koska näin vauva joutuu pinnistelemaan ja kehittelemään uusia tapoja saada itsensä ymmärretyksi. Vaikkei vanhempi aina ymmärtäisikään vauvan viestejä, hän voi silti kosketuksen, läheisyyden, hellyyden ja sylittelyn avulla kertoa lapselle, että tämä on tärkeä ja rakastettu. (Mannerheimin

lastensuojeluliitto 2012; Salo & Tuomi 2008, 25.) Silven & Kouvo (2010, 82) muistuttavat, että vanhemman ei pidä tavoitella täydellisyyttä, sillä riittävän hyvä riittää ja tahattomat satunnaiset väärinymmärrykset vain kehittävät lapsen viestintätapoja.

Vanhemman on hyvä muistaa, että jokainen vauva on yksilö ja kehittyy omaa tahtiaan, eikä yksilöllistä kehitystä voi nopeuttaa. Lapsi kyllä ajallaan itse löytää taitonsa, joten vanhemman kannattaa kunnioittaa sitä, mitä lapsi osaa sillä hetkellä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012.) Vanhemman ei pidä myöskään tyrkyttää vauvalle omia näkemyksiään siitä mitä vauva tarvitsee tai mistä hän voi selviytyä, sillä vauvalle on tärkeää, että hänen omilla tunteillaan on merkitystä (Sjöberg 2009, 27). Vauva haluaa siis nähdä myös vanhemman kasvoilta ja reaktioista ilon sekä ylpeyden uusista taidoistaan (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012).

3 Vauvan ja vanhemman välinen kiintymyssuhde

Kiintymyssuhde on erityinen suhde, jonka ihminen luo turvallisuudentunteensa takaamiseksi (Belt 2010, 152). Kiintymyssuhteella tarkoitetaan vauvan taipumusta muodostaa voimakkaita tunnesiteitä vanhempinsa arjen toistuvissa vuorovaikutustilanteissa. Kiintymyssuhteen syntyminen vauvan ja vanhemman välille on vauvan elinehto, koska pieni vauva on hyvin avuton. (Sinkkonen 2003, 93.) Tammisen mukaan (2004, 75) kiintymyksellä tarkoitetaan varhaisessa vuorovaikutuksessa toisen huomioimista, mielihyvän tuottamista toiselle sekä sen tietämistä, mikä toisesta tuntuu hyvälle ja mikä pahalle. Vauvan ja vanhemman välinen kiintymys on esimerkiksi iloa toisen olemassaolosta, halimista, sylissä pitämistä, taputtamista ja kädestä pitämistä. Tamminen (2004, 75) toteaaakin, että kiintymyssuhteessa toisesta välittäminen on kiireetöntä, vapaasti virtaavaa, nautinnollista yhdessäoloa.

Kiintymyssuhde syntyy vauvan ja vanhemman välille vähitellen varhaisen vuorovaikutuksen myötä vauvan ensimmäisen ikävuoden aikana. Kiintymyssuhteen synnyn taustalla on siis vanhemman tarjoama hoiva sekä vauvojen vaistomainen kyky kiinnittyä eli itse aktiivisesti ylläpitää läheisyyttä hoitajaan. Kiintymiseen vaikuttaa myös synnynnäinen säätelyjärjestelmä, jonka

tarkoitus on varmistaa lapselle turvallisuuden tunne uusissa ja mahdollisesti uhkaavilta tuntuissa tilanteissa. (Salo 2006, 45; Sinkkonen 2003, 93.)

Salo (2006, 45) ja Rusanen (2011, 27) muistuttavat kuitenkin, että kiintymyssuhde ei synny automaattisesti vauvan ja vanhemman välille, vaan se vaatii aikaa. Vauva siis kiinnittyy vain niihin ihmisiin, jotka ovat ajallisesti riittävän paljon läsnä hänen ensimmäisen elinvuotensa aikana ja riittävän turvallisia. Pelkkä fyysinen läsnäolo ei kuitenkaan riitä vaan kiintymyssuhteen muodostumiseen vaaditaan riittävästi vanhemman tarjoamaa varhaista vuorovaikutusta.

Pienikin vauva pystyy muodostamaan tunnesiteen eli kiintymyssuhteen hänelle läheisiin ihmisiin, eli ihmisiin, jotka omistautuvat hänelle ja ovat häneen yhteydessä sekä fyysisesti että psyykkisesti. Kiintymyssuhteen avulla lapsi saa turvaa, lohtua ja hoivaa vanhemmaltaan. (Silven & Kouvo 2010, 70.) Vanhemman täytyy ensin kuitenkin tulkita vauvan viestejä ja melkeinpä tuntea vauvan tunne itsessään, jotta hän kykenisi vastaamaan vauvansa tunteisiin. Keskeistä on siis, että vauvan ja vanhemman välille muodostuu vahva yhteydentunne. (Sjöberg 2009, 28.) Silven ja Kouvo (2010, 71) toteavatkin että, kiintymyssuhde muodostuu erityisistä kokemuksista, joita lapsi saa ollessaan vuorovaikutuksessa vanhempansa kanssa.

Vauva tunnistaa jo hyvin varhain vanhempansa tuoksun ja äänen perusteella sekä osoittaa heille kiintymystään. Alle puolivuotias ei ole kovin tarkka sylin suhteen, vaan hän voi rauhoittua vieraankin sylissä ja olla tyytyväinen. Muutos tapahtuu kuitenkin noin 6-9 kuukauden iässä, sillä silloin vauva näyttää selvästi, että hän on kiintynyt yhteen tai kahteen henkilöön, tavallisesti vanhempaisiin. Vauva siis vierastaa muita paitsi läheisiään. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012; Sinkkonen 1999, 23.)

Turvallinen kiintymyssuhde

Kiintymyssuhde ei kuitenkaan aina ole samanlainen, vaan sen laatuun vaikuttaa se, miten vanhempi vastaa vauvansa viesteihin. Viesteihin vastaamisessa tärkeää on herkkyyys, johdonmukaisuus ja oikeanaikaisuus. Kiintymyssuhde on vauvan turvallisuuden tunteiden edellytys. Silloin kun vauva on kiintynyt

turvallisesti vanhempinsa, hän kokee, että vanhempi on saatavilla tarvittaessa ja että tämä lohduttaa ja auttaa häntä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012.) Turvallisesti kiintyneille vauvoille on syntynyt toistuvien arjen tapahtumien seurauksena yleistynyt käsitys siitä, että heidän pyyntöihinsä vastataan loogisesti ja näin he uskaltavat ilmaista jatkossakin todellisia tunteitaan (Salo 2006, 62).

Turvallinen kiintymyssuhde mahdollistaa, sallii ja säätelee myös lapsen tarvetta tutustua ympäröivään maailmaan konttaamalla ja ryömimällä sylistä pois päin sekä tarvetta palata takaisin. Lapsen kokemus kiintymyssuhteen turvallisuudesta siis määrittelee sen, kuinka pitkälle tutkimusmatkoilla voi mennä ja milloin on aika palata takaisin. Kiintymyssuhde taas vaikuttaa vanhemmalla siihen, miten hän arvioi sen, mitä vauva voi milloinkin tehdä. (Tamminen 2004, 63.) Silvenin ja Kouvon (2010,84) mukaan turvallinen ja läheinen suhde vauvaiässä lisää suotuisaa ja vähentää epäsuotuisaa kehityksen kulkua.

Turvallinen kiintymyssuhde ei suojaa elämän kolhuilta, mutta se vaikuttaa lapsen kykyyn tunnistaa, ilmaista ja säädellä tunteitaan ja toimintaansa sekä kykyyn eläytyä muiden mielentilaan. Kiintymyssuhteen laadulla on todettu olevan vaikutusta myös leikkimiskykyyn yksin ja ryhmässä, sosiaaliseen joustavuuteen, muistitoimintoihin, oppimiseen sekä kykyyn sopeutua stressiin ja elämän vaikeisiin tilanteisiin. (Kanninen & Sigfrids 2012, 32.)

Turvaton kiintymyssuhde

Riittävän hyvällä varhaisella vuorovaikutuksella on suuri merkitys kiintymyssuhteen laatuun. Kun vuorovaikutus ei ole jatkuvaa ja herkkää, ei huomion vauvan näkökulmaa ja tarpeita ja pelottaa vauvaa, on todennäköistä, että kiintymyssuhteesta muodostuu turvaton. (Pajulo & Pyykkönen 2011, 77.) Rusasen (2011, 65) mukaan turvaton kiintymyssuhde syntyy siis pikkuhiljaa siitä, ettei vanhempi vastaa vauvansa hätään tai hänen reagoititapansa eivät ole säännöllisiä ja johdonmukaisia. Kun vanhempi ei jostain syystä vastaa lapsensa hätään tai hänen reagoitinsa on tilanteeseen sopimatonta, niin vauva etsii jonkin uuden tavan, jolla saa edes vähän vanhemman huomiota. Tällaiset

uudet keinot ovat yleensä sellaisia, jotka eivät tue varhaista vuorovaikutusta, kuten esimerkiksi hiljaisuus tai apaattisuus.

Turvattomassa kiintymyssuhteessa vauva vähentää kiintymyskäyttäytymistään ja tunneilmaisujaan, eikä mielellään hakeudu vanhempansa luokse, koska on huomannut, ettei saa kuitenkaan apua. Vauvan kiintymys voi myös olla ylikorostunutta ja hänen tunneilmaisunsa voivat olla erittäin voimakkaita. Turvattomassa kiintymyssuhteessa vauva tietää, että vanhempi vastaa vain voimakkaisiin tunnereaktioihin. (Mäntymaa 2007, 47.) Turvaton kiintymyssuhde heikentää myös vauvan kykyä havainnoida sisäisiä tilojaan ja ulkoista todellisuutta tasapainoisesti sekä oikeudenmukaisesti (Salo 2011, 11). Pajulo ja Pyykkönen (2011, 77) tiivistävätkin, että vuorovaikutustilanteissa turvaton kiintymyssuhde altistaa siis vetäytyvälle, takertuvalle tai hajaantuvalle reagoinnille sekä erityisesti ei-toivotulle käyttäytymiselle.

3.1 Kiintymyssuhteen vahvistaminen ja tukeminen

Äidin ja vauvan välistä kiintymyssuhdetta voidaan tukea usealla eri tavalla (Kalland & Maliniemi-Piispanen 1999, 81). Äiti tarvitsee tukea jo heräävän äitiyden ja ydinäitiyden muodostumisen vaiheissa (Niemelä 2003, 249). Tukemisen tavoitteena on johdonmukainen ja herkkä, vauvan tarpeet huomioonottava ja niihin vastaava vanhemmuus (Kalland & Maliniemi-Piispanen 1999, 81). Puura ja Mäntymaa (2010, 31) toteavatkin, että vauvan ja vanhemman välinen kiintymyssuhde on erityisen tärkeä vauvan kehityksen kannalta ja siksi sen muodostumista vauvan kannalta riittävän hyväksi on tuettava aina ja kaikkialla.

Kiintymyssuhdetta voi tukea antamalla äidille rehellistä myönteistä palautetta vauvan kanssa hyvin sujuvista vuorovaikutustilanteista ja asioista sekä vauvan ominaisuuksista. Myönteinen palaute vahvistaa äidin kokemusta omasta kyvykkyydestään ja osaamisestaan, hänen itsetuntonsa vanhempana siis nousee. Erityisen tärkeää on myös rohkaista äitiä viettämään mahdollisimman paljon aikaa vauvansa kanssa. (Puura ja Mäntymaa 2010, 32; Kalland & Maliniemi-Piispanen 1999, 82.) Salo ja Tuomi (2008, 36, 45) toteavatkin, että yhteistä aikaa voi viettää esimerkiksi laulaen, leikkien ja loruillen.

Kiintymyssuhdetta ja vuorovaikutusta voi vahvistaa opastamalla äitiä esimerkiksi siinä, miten leikeistä saataisiin entistä vuorovaikutuksellisempia. Äitiä voi myös rohkaista pitämään vauvaansa paljon sylissä ja koskettelemaan häntä. Varsinkin pieni vauva kaipaa vanhempansa turvallista syliä ja kantamista sekä turvallisia taputtelevia ja hoitavia käsiä.

Kiintymyssuhteen tukemisessa tärkeää on havainnoida sitä, miten vanhempi reagoi vauvansa viesteihin kuten itkuun, nälkään ja väsymykseen. Tärkeää on myös huomioida vauvan ja vanhemman välinen fyysinen kontakti, esimerkiksi se, miten vauvaa pidetään sylissä ja miten vauva käyttäytyy sylissä ollessaan. (Kalland & Maliniemi-Piispanen 1999, 81-82.) Näissä asioissa ja muissakin vauvan hoitoon liittyviin pulmiin ammattilainen voi antaa tukea tarkastelemalla yhdessä vanhemman kanssa tilannetta ja pohtimalla tilanteeseen mahdollisia ratkaisuja (Puura & Mäntymaa 2010, 32). Kallandin ja Maliniemi-Piispanen (1999, 82) mukaan työntekijä voi myös toimia eräänlaisena ”kuiskaajana,” esimerkiksi kertomalla äidille ikään kuin vauvan sanoin: nyt minulla on nälkä tai nyt minua nukuttaa. Näin äiti oppii huomaamaan vauvansa viestejä ja työntekijä vahvistaa kiintymystä luomalla pohjan vanhemmuudelle, jossa vanhemman käytös on vauvan näkökulmasta herkkää ja ennustettavissa. Tukemisen mahdollisuudet ovat kuitenkin parhaimmillaan silloin kun vanhempi itse huomaa ongelman ja kykenee puhumaan siitä.

Vanhempia voi myös tukea kehottamalla heitä miettimään omia sosiaalisia tukiverkostojaan, esimerkiksi keitä niihin kuuluu ja keitä voi tarvittaessa saada tai kysyä apua (Puura & Mäntymaa 2010, 31). Niemelän (2003, 249) mukaan äideille on myös erittäin tärkeää se, että muut äidit hyväksyvät hänet äitinä ja kunnioittavat hänen tapaansa olla vauvansa kanssa. Tärkeää onkin, että muut äidit rohkaisevat äitiä olemaan vauvansa kanssa omana itsenään, omien tuntemusten ja oman herkkyyden perusteella.

3.2 Vanhemman tunteet ja tarpeet

Vanhemman ja vauvan vuorovaikutussuhteen kehittymiseen vaikuttaa vanhemman tunneherkkyys eli vanhemman valmius havaita ja vastata tarkoituksenmukaisesti vauvan tunnetiloihin ja olla niissä läsnä. Vanhemman

tunneherkkyys auttaa vauvaa turvallisen kiintymyssuhteen muodostamisessa ja kannustaa myös vauvaa ilmaisemaan avoimesti ja monipuolisesti tunteitaan. Lisäksi vauva oppii turvautumaan vanhempaan ja uskaltautuu tutkimaan ympäristöään. (Belt 2010, 152.) Vauvan ja vanhemman väliseen vuorovaikutukseen vaikuttavat myös vauvan temperamentti ja tunnetila, vanhemman persoonallisuus, vanhemman aiemmat elämäkokemukset ja nykyinen elämäntilanne sekä muiden sisarusten tarpeet (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012).

Vauvan on tärkeä saada myös kokemuksia siitä, että aikuinen hallitsee omat tunteensa. Aikuisen toistuva ärtyneisyys ja avoimen kiukun osoittaminen voivat haitata lapsen oman tunnesäätelyn kehitystä. Vaikka aikuisen tehtävä onkin auttaa vauvaa hänen tunteidensa säätelyssä, niin vauvan tehtävä ei koskaan ole toimia aikuisen tunnesäätelijänä tai kiintymyshahmona eli aikuisen rauhoittajana. (Salo 2012, 93.)

4 Leikin merkitys varhaisessa vuorovaikutuksessa

Leikkimisen taito alkaa kehittyä ensimmäisen elinvuoden aikana vuorovaikutustilanteissa muiden ihmisten kanssa (Tamminen 2004, 92). Alusta alkaen leikki on sosiaalista ja ensimmäiset leikilliset hetket syntyvät äidin ja vauvan välillä (Schulman 2007, 248-249). Tamminen (2004, 92) onkin todennut vuorovaikutuksellisten leikkien olevan ensihetkistä lähtien niin tärkeitä, että yksi vanhempi-lapsisuhteen laadun luotettavimmista mittareista on se, kuinka paljon ja herkästi vanhempi jakaa pieniä leikkihetkiä vauvansa kanssa.

Leikkihetkelle ei välttämättä tarvita mitään omaa irrallista aikaa vaan se voi syntyä missä ja milloin tahansa, esimerkiksi hoivatilanteissa, ruokailussa tai kylvetyksen, nukkumaanmenon ja heräämisen yhteydessä (Schulman 2007, 248-249). Leikeissä jaetaan monenlaisia kokemuksia ja tunteita molemmin puolin sekä harjoitellaan yhdessä oloa. Tärkeää leikeissä on se, että ne ovat sellaisia, jotka vahvistavat äidin ja vauvan välistä suhdetta. (Sjöberg 2009, 34–35.) Salo ja Tuomi (2008, 45) toteavatkin, että vauvat nauttivat esimerkiksi seuraavista vuorovaikutusleikeistä: köröttelystä, keinuttamisesta, ylös heilauttamisesta, jalkoja pitkin laskemisesta ja pehmeällä alustalla pyörittelystä.

3-6 kuukauden ikäinen vauva nauttii ääntä ja kosketusta yhdistelevistä leikeistä, joissa ollaan välillä rauhallisia ja välillä innostuneita. Lelut, joita voidaan yhdessä tutkia ja ihmetellä, ovat tässä vaiheesta parhaita. Tämän ikäisen vauvan kanssa leikkihetket syntyvät luontevasti erilaisissa päivittäisissä hoivatilanteissa. (Salo & Tuomi 2008, 36.)

Salo ja Tuomi (2008, 36) painottavat erityisesti leikin vuorovaikutuksellisuutta. Vauvan kanssa leikittäessä on hyvä asettua niin, että vauva näkee vanhemman kasvot. Tärkeää on myös, että vauva on hyvin tuetussa asennossa, esimerkiksi sylissä koukistettujen polvien varassa. Vauva seuraa leikeissä erityisesti vanhempansa ilmeitä, joten vanhemman pitäisi käyttää korostetusti ilmeitään ja ääntään. Vanhemman on myös oltava leikeissä aktiivisesti läsnä, sillä vauva on kiinnostunut leikeistä juuri hänen kanssaan. 3-6 kuukauden ikäinen vauva hahmottaa jo omaa kehoaan ja ilahtuu sen tutkimisesta esimerkiksi sormien ja varpaiden laskemisesta. Vanhemman on tärkeää seurata myös vauvansa aloitteita, sillä vauva kyllä kertoo mistä pitää ja mistä ei. Pikkuhiljaa leluja voi ottaa mukaan leikkeihin, mutta niitä on hyvä tutkia ja ihastella yhdessä. Vauvalle on kuitenkin annettava omaa tilaa tutkia asioita ja vanhemman on edettävä hänen tahdissaan, kaikkea ei saa tehdä vauvan puolesta.

7-12 kuukauden ikäinen vauva osaa jo tunnistaa leikkejä ja osoittaa sen innosta hihkuen. Hän myös osaa jo pyytää haluamaansa leikkiä uudestaan. Leikkisä yhdessäolo on vauvalle aina vain tärkeämpää ja sen puutteessa vauva ilmaisee tylsistymisensä. Tässä vaiheessa leikit kehittyvät jatkuvasti pidemmiksi ja aktiivisemmiksi ja niissä vaihtelee hoivaava rauhoittaminen ja fyysinen innostaminen. Vauvalle kertyy jatkuvasti uusia taitoja ja hän on erityisen kiinnostunut piiloleikeistä ja leikeistä, joissa hän voi itse vaikuttaa tapahtumiin, esimerkiksi pallon pyörittelystä. Leikeissä vauvaa ei kuitenkaan saa jättää yksin, sillä hän tarvitsee apua vieraissa tilanteissa ja kohdatessaan vieraita ihmisiä. Kun vauva tuntee olonsa taas turvalliseksi, hän voi jatkaa leikkejään. (Salo & Tuomi 2008, 44; Airas & Bummer 2006, 168-169.)

Leikki on lapselle omien kokemusten työstämistä sekä unelmointia, tulevan hahmottelua ja ennakointia. Leikki on todella yksilöllinen asia, oman mielen lainalaisuuksien rakentamista sekä vähitellen yhdessä leikkimistä. Leikin kautta

lapsi myös tutustuu jatkuvasti muuttuvaan kehoonsa ja opettelee hallitsemaan sitä. (Tamminen 2004, 93.) Leikeissä jaetaan monenlaisia kokemuksia ja tunteita molemmin puolin sekä harjoitellaan yhdessä oloa. Tärkeää leikeissä on se, että ne ovat sellaisia, jotka vahvistavat äidin ja vauvan välistä suhdetta. (Sjöberg 2009, 34–35.) Vanhempi ja vauva saavat leikkiessään mukavia yhdessäolon kokemuksia ja vanhempi voi leikin lomassa auttaa vauvaa harjoittelemaan taitoja, joita hänellä ei vielä ole. Vähitellen vauva oppii itse tekemään leikin lomassa asioita, joihin hän ennen tarvitsi vanhemman apua. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012.)

5 Vanhemman rooli vuorovaikutuksen tukijana

Vanhemmaksi kasvaminen on merkittävä tekijä varhaisen vuorovaikutuksen onnistumiselle. Onnen ja ylpeyden lisäksi vanhemmuus koostuu monista muista tekijöistä.

5.1 Johdonmukaisuus ja pitkäjänteisyys

Vauvalle on tärkeää, että arjessa tietyt asiat toistuvat ja ovat rutiininomaisia eli samat asiat toistuvat suunnilleen samalla tavalla päivittäin kuten, esimerkiksi ruokailu. Vanhemman toiminnan pitäisi myös olla sellaista, että vauva pystyy ennustamaan sen: esimerkiksi kun itken, niin vanhempi tulee luokseni katsomaan mikä minulla on. Näin vauva oppii vähitellen ennakoimaan mitä tapahtuu seuraavaksi, vaikka ensimmäiset kuukaudet saattavatkin olla melko sekavia ja rytmittömiä. Tämä kaikki auttaa vauvaa ymmärtämään ajankulkua ja tuo hänelle turvallisuuden tunnetta. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012.)

Vanhempi on yleensä vaistonvaraisesti johdonmukainen ja pitkäjänteinen hoitotoimissaan. Hän siis toimii riittävän samalla tavalla ja samojen rituaalien mukaisesti, jotta vauva ymmärtäisi mitä hän on tekemässä. Onnistuakseen hoivatilanne vaatii aikuisen johdonmukaisuutta ja lapsen kannalta ennustettavaa tarpeisiin vastaamista. (Tamminen 2004, 77-78.) Erityisesti pitkäjänteisyyttä tarvitaan silloin, kun vauvalle ei ole vielä muodostunut kunnollista vuorokausirytmää, vaan se on vielä etsimisvaiheessa. Malttia

vanhemmalta vaaditaan myös silloin, kun hän opettelee ymmärtämään ja tulkitsemaan vauvansa viestejä. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012.)

5.2 Herkkyys viesteihin

Vanhemmat nauttivat useimmiten suhteestaan vauvaansa ja siitä, että voivat olla hänen saatavilla. Herkkyydellä tarkoitetaan juuri vanhemman kykyä ja halua vastata vauvan viesteihin. Vastauksen pitäisi kuitenkin olla sellainen, että se on vauvan näkökulmasta asianmukainen hänen tarpeisiinsa. Vauvalle tulisi muodostua sellainen tunne, että hän voi luottaa ympäristöönsä, ja että hänen tarpeensa ja tunteensa hyväksytään sellaisina kuin ne ovat. Vauvaan tutustumalla vanhempi oppii pikkuhiljaa ymmärtämään ja tulkitsemaan vauvan viestejä, sekä vastaamaan niihin. Vanhemman tulisi myös muistaa, että välillä vauvan on hyvä antaa itsenäisesti harjoitella erilaisia taitoja. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012; Rusanen 2011, 37-38.)

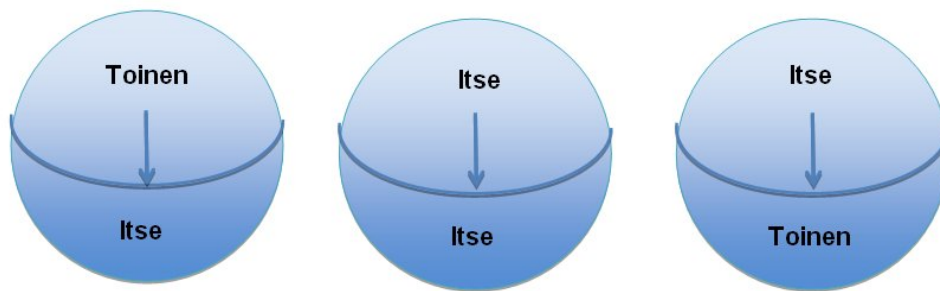
5.3 Vastavuoroisuus

Vauvan ja vanhemman varhaisen vuorovaikutuksen edellytyksenä on vastavuoroisuus, mikä tarkoittaa sitä, että sekä vanhempi että vauva tekevät molemmat aloitteita ja vastaavat toistensa aloitteisiin. Tammisen (2004, 47-48) mukaan välillä kummankin on hyvä kokea se, että toinen jättää vastaamatta tehtyyn aloitteeseen. Kun vanhempi mukautuu vauvan huomion kohteeseen ja tunnetiloihin arjen tuokioissa, niin vauvan halu ja taito ilmaista itseään kehittyvät (Silven 2010, 55).

Vauva opettelee vastavuoroisuutta heti syntymästään lähtien, esimerkiksi itku saa vanhemmat havahtumaan, ja toisaalta vanhempien puhe kutsuu vauvaa avaamaan silmänsä. Oikeastaan vauvalle vastavuoroisuuden kokeminen on elossa olemisen kokemista. Vastavuoroisuus tarkoittaa kaikkea tekemisen yhteensovittamista ja tärkeää on se, miten hyvin vauvan ja vanhemman tekeminen lomittuu, rytmittyy ja sopii yhteen. Esimerkiksi miten sujuvasti vaipanvaihdossa vanhempi tarttuu vauvan potkiviin jalkoihin, ja miten selkeästi vanhempi auttaa ilmeillään vauvaa keskittymään pyllyn nostamiseen. Tunnetasolla vastavuoroisuus taas syntyy siitä, minkälaista tunnetta kumpikin

toisilleen viestittää, tarjoaa ja antaa, sekä toisaalta siitä, mitä huomaa ja ottaa vastaan. (Tamminen 2004, 47-50.)

Vanhempana olemisen yksi tärkeimmistä tehtävistä on vastavuoroisen kiintymyssuhteen mahdollistaminen vauvalle. Vanhemman on kiinnittäydyttävä vauvaansa sekä emotionaalisesti että toiminnallisesti. Aikuisen on kyettävä kiintymään pieneen vauvaansa ja antamaan hänelle rakkautta sekä hyväksyttävä elinkautinen sitoutuminen tämän lapsen vanhemmaksi. Vastavuoroisuus tässä mielessä on puolestaan sitä, että vanhempi osaa ottaa vastaan lapsensa kiintymyksen häntä kohtaan. Vastavuoroinen vanhempi kokee siis aitoa iloa ja onnea lapsensa rakkaudesta sekä täyttymystä ja tyydytystä kiintymyksestä, jolla lapsi on hänestä riippuvainen. (Tamminen 2004, 75.) Kanninen ja Sigfrids (2012, 27-28) havainnollistavat vastavuoroisten roolien sisäistämistä ja siirtymistä kuvassa 1. Vuorovaikutus eli se, miten yksilöä kohdellaan ja kohdataan (toinen -> itse), sisäistyy yksilön sisäiseksi keskusteluksi (itse -> itse), ja tämä taas näyttäytyy siinä, miten hän kohtelee muita ihmisiä (itse -> toinen).



Kuva 1. Vastavuoroisten roolien sisäistäminen ja siirtyminen

5.4 Tunnetilojen jakaminen ja vaihtelevuus

Vanhemman on hyvä sopeuttaa oma vireystilansa vauvan vireystilan mukaan, esimerkiksi jos vauva on väsynyt ja haluaa levätä, on syytä lopettaa tai rauhoittaa leikki tai tekeminen. Erilaisten vuorovaikutuksellisten kokemusten

kautta vauva oppii, miten ihmisten kanssa toimitaan ja miten omia tunteita voi ilmaista. On tärkeää, että tunteita ja muitakin asioita ilmaistaan oikeilla eleillä, ilmeillä ja äänenpainoilla, jotta vauva oppii oikeanlaiset toimintatavat. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012.) Belt (2010, 153) muistuttaa että, hyvin refleктоiva vanhempi kykenee arjen tilanteissa ottamaan lapsen tunnetilan vastaan ja osoittamaan ymmärtävänsä sen sekä säätelemään sitä.

Tammisen (2004, 87-89) mukaan vauva tarvitsee rinnalleen aikuista, joka jakaa kaikenlaisia tunteita hänen kanssaan sekä ohjaa ja säätelee omilla tunteillaan vauvaa ja tämän kokemuksia. Jakamalla tunteita vanhempi auttaa vauvaa ymmärtämään tunteitaan, säätelemään ja hallitsemaan niitä niin kokemuksen kuin käyttäytymisenkin osalta. Vauvalle ja vanhemmalle tunteiden jakaminen tuottaa myös syvää tyydytyksen tunnetta, koska jaettu ilo on aina suurempi ja jaettu suru pienempi.

Tunteiden jakaminen on vuorovaikutuksessa varhaisin ja kokonaisvaltaisin yhdessäolon mahdollisuus, mutta samalla se on myös vaativa taito, joka vaatii opettelua. Mitä enemmän vauva ja vanhempi jakavat tunteita keskenään, sitä tärkeämmiksi ja läheisimmiksi he toisilleen tulevat ja näin oppivat tuntemaan toinen toisensa yhä paremmin ja paremmin. Tunteiden jakaminen edellyttää kuitenkin sen, että vauvan ja vanhemman on vietettävä yhdessä vapaata aikaa, ilman liiallisia virikkeitä. (Tamminen 2004, 87-88.) Mannerheimin lastensuojeluliiton nettisivuilla (2012) muistutetaan myös, että vanhempi ei saa jättää vauvaa tunteidensa kanssa yksin vaan kaikenlaiset tunteet ovat sallittuja ja jaettavissa.

5.5 Tunteiden säätely

Tunteiden säätelyjärjestelmä alkaa kehittyä jo varhain vauvaiässä (Tamminen 2004, 88.) Varhaisessa vuorovaikutuksessa on tärkeää, että vanhempi auttaa vauvaa tulemaan toimeen erilaisten tunteidensa kanssa, esimerkiksi kun vauvalla on paha mieli, vanhempi on hänen apunaan tuoden turvaa ja lohtua. Aluksi vauva tarvitsee paljon vanhemman apua tunteidensa säätelyssä, varsinkin silloin kun jokin on vialla. On tärkeää, että lapsi oppii vähitellen aikuisen avulla ilmaisemaan tunteensa hyväksytyllä tavalla, kuten esimerkiksi

sanoin eikä nyrkein. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012; Kanninen & Sigfrids 2012, 75.)

Ihmisen toimintaa ohjaavat tunteet ja ajattelu. Vanhemman haasteena onkin auttaa vauvaa erityisesti silloin, kun hänen tunteensa ovat voimakkaita ja negatiivisia. Toisen avulla pahanolon tunteet muuttuvat hyviksi, eli hyvässä ohjauksessa pahanolon sekamelska eriytyy monenlaisiksi tunteiksi. Tällaisia tunteita voivat olla esimerkiksi kiukku, pettymys, kateus, suru, ikävä, loukkaantuneisuus ja mustasukkaisuus. Näin vauvalle välittyy tunne siitä, että hän kykenee tekemään toiminnallaan itsensä ymmärretyksi ja että hän itse ja hänen tunteensa ovat arvokkaita ja että muilla on hyviä aikeita häntä kohtaan. Lapsen aito kuuleminen edellyttää siis täyttä virittäytymistä lapsen tunteisiin ja kokemuksiin. (Kanninen & Sigfrids 2012, 35, 75-80.) Tamminen (2004, 88) mainitseekin, että onnistuakseen tunteiden säätely edellyttää kärsivällisyyttä ja pitkäjänteisyyttä sekä pitkäkestoista ihmissuhdetta.

5.6 Tunteiden yhteensovittaminen ja soinnuttaminen

Vanhempi ymmärtää vauvansa viestejä silloin, kun hänen huomionsa on riittävän kiinnittynyt vauvaan. Tämä käy yleensä luonnostaan, sillä vanhemmalla on luontainen kyky herkistyä vauvansa viesteille. Alle vuoden ikäisten vanhempien sydämen syke nousee jo pelkästään siitä kun he kuulevat oman tai vieraan vauvan itkua. (Salo 2006, 57.)

Tunteiden yhteensovittamisella, eli vauvan ja vanhemman yhteisen tunnetilan kokonaisvaltaisella ei sanallisella jakamisella tarkoitetaan tapahtumaa, jossa vanhempi kokee vauvan tunnetilan tietyllä tavalla sekä muuttaa (soinnuttaa) oman tunnetilansa yhteensopivaksi vauvan koetun tunnetilan kanssa (Tervo 2009, 40). Vanhempi siis tulkitsee vauvan tunnetiloja ja yrittää vastata niihin. Näin vauva oppii ymmärtämään, että tunnetiloja voi jakaa ja samalla yhteenkuuluvuuden tunne lisääntyy. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012.)

Aluksi vauva ei osaa tunnistaa, löytää tai ymmärtää tunteitaan. Tämän taidon vauva oppii vain sitä kautta, että vanhempi yhteensoinnuttaa lapsen tunnetilan omansa kanssa ja jakaa siten tunnetta vauvan kanssa. Aikuinen siis nimeää tunteen ja antaa sille merkityksen. Vähitellen aikuisen avulla vauva oppii

ottamaan tunteensa haltuun niin sisäisinä kokemuksina kuin käyttäytymisenkin tasolla. (Tamminen 2004, 50, 87-88.) Salon (2006, 57) mukaan tunteitaan yhteen soinnuttamalla vauva ja vanhempi nauttivat keskustelustaan ja tunnistavat vuorovaikutuksessaan vastavuoroisuuden.

5.7 Temperamentin ymmärtäminen

Jokaisella ihmisellä on oma temperamenttinsa. Temperamentilla tarkoitetaan vauvan biologispohjaista, synnynnäistä ja suhteellisen pysyvää tapaa reagoida ulkoisiin ärsykkeisiin sekä omiin sisäisiin tunnetiloihin ja aistimuksiin. Temperamentti viittaa ihmisen yksilölliseen toimintatapaan ja kertoo siten millainen reagoitavuus asioihin on itse kullakin. Se miksi jokin tietty asia voi olla toiselle helppo ja mieluinen ja toiselle vaikea ja ahdistava, selittyy temperamentilla. Vauvat kuten aikuisetkin ovat yksilöllisiä luontaisten taipumustensa mukaisesti, joten sellaiset yleistykset, että vauvat rakastavat yllätyksiä tai että vauvat ovat uteliaita, eivät siis pidä paikkaansa. (Kanninen & Sigfrids 2012, 35; Salo 2006, 51-52.)

Hoito- ja vuorovaikutustilanteissa vauvan temperamentti vaikuttaa siihen, kuinka hänet ymmärretään ja kuinka hänen viesteihinsä vastataan. Vauvan temperamentti näkyy myös siinä, kuinka vauva suhtautuu uusiin asioihin ja miten hän suhtautuu ympäristöönsä. Esimerkiksi temperamentti voi näkyä siinä, kuinka nopeasti vauva hermostuu, ärsyyntyy tai rauhoittuu. (Sjöberg 2009, 27.) Salon (2006, 51-52) mukaan vauvojen ei-kielellinen viestintä voi olla hyvinkin erilaista. Vanhemman tulisi oppia tulkitsemaan omaa vauvaansa ja näin sopeuttamaan omaa toimintaansa vastaamaan paremmin vauvansa tarpeisiin. Temperamentti vaikuttaa siis vuorovaikutukseen, ja välillä vauvan ja vanhemman temperamentin yhteensovittaminen voi viedä aikaa (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012).

Salo ja Tuomi (2008, 24-25) muistuttavat, ettei vauvan temperamenttia voi muuttaa, mutta vanhempi voi jatkuvasti sopeuttaa omaa toimintaansa lapsensa tarpeiden mukaiseksi. Toisille vanhemmille tämä tuottaa kuitenkin enemmän töitä kuin toisille, mutta kaikilla vanhemmilla on mahdollisuus hyvään vuorovaikutukseen vauvansa kanssa.

6 Vertaistuki ja vertaisryhmä varhaisen vuorovaikutuksen tukijana

Vertaisuudella tarkoitetaan sekä samanlaisuutta että tasavertaisuutta eli ihmisillä on siis jokin heitä yhdistävä tekijä (Vanhanen 2011, 47). Vertaistuella taas tarkoitetaan toisen samassa elämäntilanteessa olevan ihmisen, eli vertaisen, antamaa tukea. Yleensä tämä tuki on juuri sosiaalista tukea, joka voi olla emotionaalista, tiedollista, arvioivaa tai käytännön apua. Vertaistuesta on hyötyä sen molemmille osapuolille. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 113.) Laimio ja Karnel (2010,11) muistuttavat myös, että vertaistuki ei ole terapiaa, vaikka sillä on vahva ennaltaehkäisevä merkitys.

Ongelmatilanteissa vertaistuki on erityisen tärkeää, mutta siitä on hyötyä myös arkipäivän elämänlaadun vahvistajana. Tuki perustuu siihen, että ihmiset joilla on yhteisiä kokemuksia, esimerkiksi vanhemmuudesta, voivat antaa toisilleen sellaista tukea, jota muut eivät pysty antamaan. Laimion ja Karnelin (2010, 11) mukaan yhteinen tekijä luo sillan ja ymmärryksen näiden ihmisten välille, jotka muuten eivät olisi tekemisissä toistensa kanssa.

Ihmisten omat henkilökohtaiset kokemukset kerryttävät heille tietopääomaa, jota kutsutaan kokemustiedoksi (Vahtivaara 2010, 21). Vahtivaaran (2010, 21-22) mukaan yksi vertaistuen muoto onkin juuri kokemustiedon jakaminen. Kokemustietoa jakaessaan vanhemmat saavat konkreettista tietoa siitä, että on olemassa muitakin, jotka ovat samanlaisessa elämäntilanteessa. Tämä puolestaan vähentää yksinäisyyden ja avuttomuuden tunteita uudessa elämäntilanteessa, esikoisen vanhemmuudessa. Laimio ja Karnell (2010, 13) lisäävät vielä, että samoja asioita kokeneilla ihmisillä on sellaista asiantuntemusta, jota kenelläkään muulla ei voi olla.

Vertaisryhmällä tarkoitetaan sellaista ryhmää, johon kokoontuu samassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä, esimerkiksi vanhempia. Tarkoituksena on saada ja antaa tukea sekä ymmärrystä yhteisiksi koettuihin asioihin kuten vanhemmuuteen. (Malin 2000, 17; Laimio & Karnell 2010, 13.) Toisten kokemuksista voi oppia ja saada apua erilaisiin tilanteisiin, esimerkiksi ruokailuun ja arjen pieniin vuorovaikutushetkiin (Viljamaa 2003, 47). Oleellista

onkin, että kokoonnutaan säännöllisesti yhteen jakamaan kokemuksia ja nauttimaan toisten seurasta. Kokemusten vaihdosta saa voimaa ja välineitä erilaisissa tilanteissa toimimiseen. Vertaisryhmissä tieto perustuu henkilökohtaisiin kokemuksiin ja tärkeää on, että annettu tuki on vastavuoroista. Vanhemmat kokevat, että he saavat vertaisiltaan sellaista tietoa ja kokemuksia, mitä muilta ei voi saada. (Malin 2000, 17–18.) Laimio ja Karnell (2010, 12) lisäävät vielä, että vertaistoiminnassa tärkeitä arvoja ovat tasa-arvoisuus, toisten ihmisten kunnioittaminen sekä usko ihmisten omiin sisäisiin voimavaroihin.

Jyrkämä (2010, 25-26) on kiteyttänyt ryhmämuotoisen vertaistoiminnan keskeiset merkitykset seuraavasti: kokemusten jakaminen ja vaihto, identiteetin selkiytyminen ja vahvistuminen, voimaantuminen, yhteisöllisyys, ystävyys ja kansalaistoiminta. Vanhempi alkaa siis vähitellen ymmärtää omia olojaan ja tuntemuksiaan vanhemmuuden prosessiin kuuluvina ja normaaleina reaktioina, kun hän tapaa toisia samankaltaisia asioita kokeneita ihmisiä.

Vertaisryhmässä vanhemmat voivat saada toisiltaan sellaista tietoa, jonka avulla he voivat löytää uusia näkökulmia asioihin ja ratkaisuja pulmiinsa. Uusi tieto voi auttaa myös jäsentämään omaa elämäntilannetta. Vertaisryhmät ovat antaneet vanhemmille muun muassa voimia selviytyä arkisista tilanteista, apua arjen hallintaan sekä iloa ja mielekkyyttä arkeen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 113.) Vanhemmat voivat solmia ryhmässä myös uusia ystävyys-suhteita ja havaita, että pulmat ja ongelmat ovat hyvin tavallisia ja samankaltaisia kaikilla. Vanhemmat voivat siis verrata kokemuksiaan ja tuntea olevansa hyviä vanhempia, vaikka välillä olisikin vähän ongelmia. Näin itsearvostus mahdollistuu ja lisääntyy, kun vanhempi saa itsearviointinsa tueksi vertailutietoa. (Viljamaa 2003, 47, 50.)

Nylundin (2011, 80) mukaan vertaisryhmä tarkoittaa samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien ihmisten halua jakaa kokemuksia ja tietoa toisia kunnioittavassa ilmapiirissä. Vertaistukiryhmä muodostuu Nylundin mukaan toisten auttamiseen ja tukemiseen tähtäävistä vastavuoroisista suhteista, joissa kriittisiä tai kriisiytyneitä elämäntilanteita käsitellään yhdessä (Laimio & Karnell 2010, 13).

7 Lappeenrannan seurakunnan Eka vauva -kerho

Eka vauva -kerho on Lappeenrannan seurakunnan lapsityön järjestämä kerho ja se kuuluu perhekerhojen kokonaisuuteen. Perhekerhot on tarkoitettu alle kouluikäisten lasten ja heidän vanhempiansa ja hoitajiensa kohtaamispaikoiksi. Tarkoituksena kerhoissa on hiljentyä raamatun äärelle, leikkiä, laulaa, askarrella ja saada uusia ystäviä. (Lapsityö-esite 2012.)

Eka vauva -kerho on tarkoitettu esikoisensa saaneille perheille. Kerhon tavoitteena on tukea vauvan ja vanhemman välistä varhaista vuorovaikutusta esimerkiksi erilaisten leikkien ja yhdessä puuhastelun avulla. Kerho toimii myös vertaistukiryhmänä, jossa samassa elämäntilanteessa olevat vanhemmat voivat tavata toisiaan ja vaihtaa kuulumisia. Ohjaajia kerhossa on yleensä kaksi ja he järjestävät kerhoon erilaista toimintaa sekä tukevat varhaista vuorovaikutusta. Ohjaajat opastavat vanhempia esimerkiksi siinä, kuinka vauvaa kannattaa pidellä missäkin leikissä, jotta vuorovaikutus onnistuisi mahdollisimman hyvin. (Toivanen 2012.)

Välillä kerhossa käy myös vierailijoita, kuten esimerkiksi pappi ja vauvahieronnan ohjaaja. Kerho toimii Koulukatu 10:ssä ja se kokoontuu kerran viikossa aina torstaisin kello 9.00-11.00. Kerhoon ei tarvitse ilmoittautua, vaan sinne voi tulla kuka vain ja milloin vain. Kävijöiden määrä vaihtelee 10:n ja 20:n välillä ja yleensä äidit käyvät kerhossa vauvojensa kanssa. Suurin osa vauvoista on alle yksi-vuotiaita. (Toivanen 2012.)

8 Opinnäytetyön tavoitteet ja toteutus

Vilkan (2005, 97) mukaan laadullisella tutkimusmenetelmällä tehdyssä tutkimuksessa tarkastellaan ihmisten välisten ja sosiaalisten merkitysten maailmaa. Merkitykset tarkoittavat asioiden välisiä suhteita ja niistä muodostuvia merkityskokonaisuuksia. Merkityskokonaisuudet taas ilmenevät ihmisistä lähtöisin olevina ja heihin päätyvinä tapahtumina, esimerkiksi toimintana, ajatuksina ja päämäärien asettamisena. Tavoitteena laadullisessa tutkimuksessa on siis selvittää juuri ihmisten omia kuvauksia kokemuksistaan (Virtanen 2006, 170).

Opinnäytetyön tavoitteena on selvittää Eka vauva -kerhossa käyvien äitien kokemuksia siitä, onko kerho lisännyt vauvan ja vanhemman välistä varhaista vuorovaikutusta. Jos vuorovaikutus on lisääntynyt, tavoitteena on myös saada selville, mitkä tekijät ovat vaikuttaneet siihen. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää myös saavatko kerhossa käyvät äidit toisiltaan vertaistukea, ja millaista tämä tuki on. Kerhon toimintaa pyritään jatkuvasti kehittämään, jotta se vastaisi paremmin kerhossa käyvien tarpeisiin. Yhtenä selvitykseni tavoitteena onkin nostaa esille vanhempien ideoita siitä, miten kerhon toimintaa voitaisiin jatkossa kehittää.

Opinnäytetyöni selvityskysymykset ovat:

- Millä tavoin Eka vauva -kerho tukee vauvan ja vanhemman välistä varhaista vuorovaikutusta?
- Mikä on ohjaajan merkitys varhaisen vuorovaikutuksen tukemisessa?
- Millaista vertaistukea vanhemmat ovat kerhosta saaneet?
- Miten Eka vauva -kerhon toimintaa voitaisiin kehittää?

8.1 Tutkimustyyppi

Opinnäytetyöni on selvitys, johon keräsin tietoa, mielipiteitä ja kehittämisehdotuksia Eka vauva -kerhon toiminnasta. Teoriatietoa keräsin aiheeseen liittyvästä kirjallisuudesta ja muista tiedonlähteistä. Tutkimusosion tiedon keräsin Eka vauva -kerhossa käyviltä äideiltä, koska heillä on omakohtaisia kokemuksia vauvakerhon toiminnasta. Selvitykseni tutkimustyyppi on laadullinen eli kvalitatiivinen, koska haluan saada selville ihmisten mielipiteitä ja ajatuksia, en niinkään numeraalista tietoa. Laadullinen tutkimus vastaakin juuri kysymyksiin, mitä, miksi, ja miten. Tyypillistä laadulliselle tutkimukselle on myös osallistujan näkökulman ymmärtäminen ja osallistujien valitseminen tarkoituksenmukaisesti. (Kylmä & Juvakka 2007, 31.)

Laadulliselle tutkimukselle ominaista on, että tutkimukseen osallistujia on vähän, ja että aineiston keruu tapahtuu avoimin menetelmin (Kylmä & Juvakka 2007, 31). Vilkan (2005, 98) mukaan laadullisessa tutkimuksessa on se erityispiirre, että tutkimuksen tavoitteena ei ole totuuden löytäminen tutkittavasta asiasta. Tavoitteena onkin tutkimuksesta esiinnousseiden asioiden avulla näyttää esimerkiksi ihmisten toiminnasta jotakin, joka on välittömän havainnon tavoittamattomissa. Hirsjärvi ja Hurme (2008, 157) lisäävät myös, että laadullisella tutkimuksella pyritään saamaan tutkittavasta aiheesta mahdollisimman kokonaisvaltainen kuva.

Laadulliseen tutkimukseen on mahdollista ottaa mukaan pieni määrällinen eli kvantitatiivinen mittaus. Määrälliset kysymykset voidaan tehdä jostain yksittäisestä kiinnostavasta seikasta, joka toimii laadullisen raportin havainnollistajana. (Metsämuuronen 2006, 134) Tutkimukseni kysymykset, lapsen ikä ja kerhossa käynnin aloitus, ovat määrällisiä.

Aineiston keruumenetelmänä käytin kyselylomaketta, jossa oli avoimia kysymyksiä. Hirsjärven ja Hurmeen (2008, 194-196) mukaan avoimet kysymykset ovat hyviä siinä mielessä, että niillä saadaan esille sellaisia näkökulmia, joita tutkija ei välttämättä osannut edes ajatella. Avoimet kysymykset antavat siis vastaajalle tilaisuuden sanoa heidän todelliset mielipiteensä. Monivalintakysymykset puolestaan olisivat rajanneet vastaajien vastausvaihtoehtoja. Avoimet kysymykset vaativat kuitenkin sen, että vastaajalla on tietoa käsiteltävistä aiheista, ja että hän ymmärtää käytetyt käsitteet. Olemalla itse mukana lomakkeiden täyttämishetkellä vältin sen, että vastaajat eivät olisi ymmärtäneet kysymyksiä. Kysymyksen ollessa epäselvä vastaajat pystyivät kysymään minulta selvennystä siihen.

8.2 Käytännön toteutus

Saimaan ammattikorkeakoulun kautta sain tietää, että Lappeenrannan seurakunnalla olisi tarjota Eka vauva -kerhoa koskeva opinnäytetyön aihe. Kiinnostuin aiheesta ja otin yhteyttä seurakunnan lapsityönohjaaja Laura Toivaseen. Sovimme tapaamisen 30.3.2012, jolloin keskustelimme aiheesta

tarkemmin. Keskustelun aikana Eka vauva -kerho vahvistui opinnäytetyöni aiheeksi.

Kävin tutustumiskäynnillä vauvakerhossa 12.4.2012 ja sen jälkeen aloin suunnitella kyselylomaketta. Kyselylomaketta suunnitellessani oli tärkeää miettiä, mitä haluan tietää ja mihin kysymyksiin haluan vastauksia. Suunnittelin alustavia kysymyksiä aiheryhmittäin, joita olivat taustatiedot, varhainen vuorovaikutus, kerhon tuoma vertaistuki ja toiminnan kehittäminen. Kysymyksiä piti vielä hioa lopulliseen muotoonsa, jotta saisin mahdollisimman laajoja vastauksia ja välttyisin pelkiltä kyllä- tai ei-vastauksilta. Lopulta sain kunkin aiheryhmän alle kolmesta neljään tarkkaan mietittyä kysymystä.

Eka vauva -kerho kokoontuu aina torstaisin kello 9.00–11.00, Koulukatu 10:ssä. Lappeenrannan seurakunnan kanssa sovin, että kysely toteutetaan torstaina 10.1.2013. Osa vanhemmista oli käynyt vauvojensa kanssa kerhossa jo syksystä lähtien, joten he osasivat jo antaa palautetta ja arvioida kerhon toimintaa. Osa vanhemmista taas aloitti vasta tässä vaiheessa kerhon ja heillä oli lähinnä esittää toiveita.

Kysely toteutettiin lomakekyselynä. Lomakkeessa oli suurin osa avoimia kysymyksiä, jotta saataisiin mahdollisimman tarkasti esille juuri vastaajan oma mielipide. Menin itse vauvakerhoon jakamaan kyselylomakkeet sekä opastamaan ja neuvomaan lomakkeen täyttämisessä. Opinnäytetyöni työelämän ohjaajan kanssa mietimme, että menemällä itse paikalle saisin mahdollisimman paljon vastauksia. Jätin myös lomakkeita ja saatekirjeitä kerhoon, jotta he jotka eivät olleet juuri kyseisellä kerralla paikalla, voisivat täyttää kyselyn myöhemmin ja palauttaa sen kerhon ohjaajalle. Hain loput täytetyt kyselylomakkeet helmikuunlopussa 2013. Kaikkiaan sain 10 vastausta.

8.3 Analysointi

Aineiston analysoinnissa käytin teemoittelua. Tarkastelin siis sellaisia aineistosta nousevia piirteitä, jotka ovat yhteisiä usealle vastaajalle. Käytin kyselylomakkeeni teemoja tulosten teemoittelun pohjana. (Hirsjärvi & Hurme 2008, 173.) Teemoittelulla tarkoitetaan laadullisen tutkimusaineiston ryhmittelyä ja pilkkomista erilaisten aihekokonaisuuksien mukaan. Luokittelun ja

teemoittelun ero on kuitenkin siinä, että luokittelussa korostuvat lukumäärät ja teemoittelussa teeman sisältö. (Kajaanin ammattikorkeakoulu, opinnäytetyöpankki.) Selvityksessäni onkin tärkeää saada selville ihmisten mielipiteitä ja kokemuksia.

Aineistolähtöisesti teemoja eli keskeisiä aiheita syntyy etsimällä aineistosta yhdistäviä tai erottavia seikkoja. Teemoittelu on kuitenkin myös mahdollista tehdä teorialähtöisesti, jonkin tietyn viitekehyksen tai teorian mukaisesti. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Teemoittelun valikoiminen analysointitavaksi oli mielestäni luonteva etenemistapa, koska kyselylomakkeeseeni olin jo muodostunut selkeät teemat. Jaoin vastaukset listaksi kunkin teeman alle ja etsin niistä yhtäläisyydet ja eroavaisuudet. Näin sain tiiviin kokonaisuuden ja selkeän käsityksen tuloksista.

Teemojen sisältöä voidaan kuvata myös sitaateilla, jotka ovat sanatarkkoja lainauksia alkuperäisestä tekstistä. Sitaaateilla pyritään kuvaamaan vielä tarkemmin aineistossa esiintyviä teemoja ja niitä voidaan käyttää myös tulkintojen ja johtopäätösten tukena. (Kajaanin ammattikorkeakoulu, opinnäytetyöpankki.) Jokaisen sitaatin tulisi olla tarkkaan harkittu ja eikä sitaatteja saisi käyttää vain sen takia, että ne toisivat lisää pituutta raportille (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006). Sitaaatteja käytin selkiinnyttämään ja todentamaan omia havaintojani. Valitsin vastauksista sellaisia, joista kävi hyvin ilmi havaitsemani asiat ja laitoin ne sitaateiksi omien haavaintojeni alle. Näin sain vastaajien omat mielipiteet paremmin näkyviin.

9 Kyselyn tulokset

Selvitykseni aineisto koostui kymmenestä Eka vauva -kerhossa käyvän äidin kirjallisesta vastauksesta. Kokosin teemoittain kyselystä saamia tuloksia. Suorilla lainauksilla toin tarkennusta havaintoihini.

9.1 Taustatiedot

Taustatiedot osiossa halusin selvittää, että onko kerhoon osannut hakeutua sellaisia vanhempia vauvoineen, joille kerhon toiminta on pääsääntöisesti

suunnattu. Tässä osiossa halusin selvittää myös sitä, että kuinka säännölliseksi vauvakerhossa käynti on tullut vanhemmille.

Selvitykseen vastanneiden äitien vauvoista 40 prosenttia oli 7-8 kuukauden ikäisiä. Kolmekuiset olivat kerhon nuorimpia. Heitä oli kerhon vauvoista 20 prosenttia. Saman verran kerhossa oli kuuden kuukauden ikäisiä vauvoja. Yhdellä kerhon äideistä oli vuoden ikäinen vauva ja yhdellä äidillä oli 15 kuukauden ikäinen vauva. Äiti jolla oli 15 kuukauden ikäinen vauva, ei enää käynyt kerhossa, koska koki lapsensa olevan jo liian vanha kyseiseen kerhoon, mutta hän halusi kuitenkin vastata kyselyyni.

Kerhossa aloittamisen ajankohdassa oli jonkin verran eroavaisuuksia. 40 prosenttia äideistä oli aloittanut kerhokäynnit vauvansa kanssa silloin kun vauva oli ollut noin kolmen kuukauden ikäinen. Yksi äideistä oli aloittanut kerhokäynnit kun hänen vauvansa oli kolmen viikon ikäinen. 30 prosenttia äideistä oli aloittanut kerhon silloin, kun hänen vauvansa oli ollut noin neljän kuukauden ikäinen. Yhden äidin vauva oli ollut aloitushetkellä seitsemän kuukautta ja yhden kahdeksan kuukautta.

Eka vauva -kerho on suunnattu pääasiassa alle vuoden ikäisille vauvoille ja heidän vanhemmilleen. Kyselyn tuloksista kävi hyvin ilmi se, että kerhon vauvojen ikäjakauma vastaa kerhon tarkoitusta. Kerhon ohjelma ja sisältö on siis osattu laatia oikealla tavalla, koska kerhossa ei juurikaan käy äitejä, joilla on yli 12 kuukauden ikäinen vauva.

Kyselyn ajankohtana kerhossa oli sellaisia äitejä, jotka olivat vasta aloittaneet kerhossa käymisen vauvansa kanssa ja sellaisia, jotka olivat käyneet kerhossa jo pitkään. Suurin osa äideistä oli ehtinyt käydä kerhossa noin 10-15 kertaa. Yksi äiti oli ehtinyt käydä kerhossa jo noin 20 kertaa. Joukossa oli kuitenkin myös sellaisia äitejä, jotka olivat ehtineet käydä kerhossa vasta noin 2-3 kertaa. Kaksi äitiä mainitsi olevansa kerhossa ensimmäistä kertaa.

Kaikkien äitien vastauksista kävi kuitenkin ilmi se, että he yrittävät käydä kerhossa mahdollisimman säännöllisesti. Suurin osa vastaajista oli käynyt kerhossa lähes joka viikko, ja ainoana syynä kerhosta poissäännille mainittiin sairaus. Tyypillinen vastaus olikin:

Joka viikko, jos vain ollaan terveitä.

Kerho oli ilmeisesti myös tehnyt hyvän vaikutuksen äiteihin, koska eräs kerhossa ensimmäistä kertaa ollut äiti kirjoitti:

Aloitamme kerhon tänään ja alamme käymään joka viikko.

9.2 Varhainen vuorovaikutus

Yksi selvitykseni pääkohdista oli varhainen vuorovaikutus ja se, kuinka Eka vauva -kerho tukee äidin ja vauvan varhaista vuorovaikutusta. Vastauksista nousi hyvin esille se, että äidit kokivat kerhossa opittujen laululeikkien lisäävän varhaista vuorovaikutusta. Kerhossa opittuja laululeikkejä leikittiin myös kotona, ja äideistä oli kiva huomata, kuinka heidän vauvansa oppivat tunnistamaan ja muistamaan tutut laulut ja leikit. Eräs äideistä mainitsi, että varsinkin Sinua, sinua silitän –laulu oli jäänyt kerhosta jokailtaiseksi rituaaliksi. Kerhosta oli otettu myös askarteluvinkkejä. Eräs äiti mainitsi, että

kerhossa opittuja lauluja lauletaan myös kotona yhdessä sylitellen ja leikkien. Myös vauvahieronta on kerhosta opittu vauvan ja äidin yhteinen puuha.

Kaksi äitiä mainitsi, että heillä sylitellään kotona muutenkin todella paljon. Toinen näistä äideistä olikin sitä mieltä, että kerho tukee hyvin vuorovaikutusta, kun taas toinen ei osannut sanoa, onko kerho erityisesti lisännyt sylittelyä ja laulamista.

Meillä sylitellään kotona muutenkin, kerhossa laulettu leikit jatkuvat myös kotona, kerho tukee vuorovaikutusta hyvin.

Äidit kokivat, että kerhon tuomat laulut, leikit ja askartelut olivat uusia menetelmiä ja vahvistavat vuorovaikutusta vauvan kanssa. Laulun avulla rauhoittelusta ja loruillen touhuilusta koettiin olevan apua vauvanhoidossa. Kerhon koettiin myös antavan uusia menetelmiä ja vahvistusta vuorovaikutukseen vauvan kanssa. Jo pelkästään sillä koettiin olevan paljon apua, että äidit pääsivät keskustelemaan toisten äitien kanssa arkirutiineista.

Olemme oppineet erilaisia laululeikkejä, joista lapseni tykkää.

Kerhon rauhallinen tunnelma ja toisaalta vertaistuen ja ”ihmisten ilmoille” pääsemisen mahdollisuus antoivat valtavasti voimaa vauva-arkeen. Aluksi kerhoon lähtö oli suuri ponnistus. Itseluottamus nousi, kun huomasi, että kerhoilu onnistui hyvin.

9.2.1 Ohjaajien vaikutus ja merkitys varhaisen vuorovaikutuksen lisääntymiseen

Ohjaajan ammattitaidolla koettiin olevan merkitystä varhaisen vuorovaikutuksen lisääntymiseen vauvan ja äidin välillä. Lapsilähtöisesti ajattelevaa ohjaajaa pidettiin tärkeänä, koska sitä kautta äidit kokivat leikkien olevan suunniteltu oikein, vuorovaikutusta tukevasti. Ohjaajan tuki ja kannustus koettiin myös tärkeiksi. Uusia leikkejä opeteltaessa äidit pitivät tärkeänä asiana sitä, että ohjaaja ohjeistaa ja näyttää mallia leikeissä ja lauluissa. Ohjaajan tärkeinä piirteinä pidettiin myös lämpöisyyttä ja rauhallisuutta. Äidit pitivät myös tärkeänä sitä, että ohjaaja toistaa laululeikkejä riittävän useasti, jotta ne ehtii oppia.

Vastauksista käy myös ilmi, että äidit luottavat kerhon ohjaajaan. Äideistä oli myös kiva huomata, että heidän lapselleen kelpaa myös hieman vieraamman, turvallisen aikuisen seura.

Oli hienoa jouda rauhassa kahvia kun ohjaaja hoiti lasta. Oli hyvä huomata, että muutkin turvalliset aikuiset kuin vanhemmat ja sukulaiset kelpaavat tytölle.

9.3 Kerhon tuoma vertaistuki

Noin puolet vastanneista äideistä ei ollut tuntenut kerhon muita äitejä ennen kerhossa käynnin aloittamista. Toinen puoli taas mainitsi tunteneensa tai tietäneensä yhden kerhon äideistä aikaisemmin ennen kerhon aloittamista. Yksi äideistä oli ollut kerhossa vierailijana ennen oman vauvansa syntymistä ja mainitsi niiltä ajoilta muutaman tutun kasvon.

Osa äideistä mainitsi saaneensa kerhosta paljonkin uusia tuttavuuksia, kun taas osalla kerhoilu oli vasta niin alussa, että muihin äiteihin ei oikein ollut vielä ehtinyt tutustua. Yksi kyselyyn vastanneista äideistä vastasi, että hän on huono solmimaan sosiaalisia suhteita, joten ei ole osannut hyödyntää tarjoutuneita tilanteita.

Suurin osa niistä äideistä, jotka olivat käyneet kerhossa jo useamman kerran mainitsi tapaavansa kerhon muita äitejä myös kerhon ulkopuolella. Muutama äiti mainitsi myös, että hänellä oli kerhossa joku entuudestaan tuttu äiti, jonka kanssa vietetään yhteistä vapaa-aikaa. Yhteistä aikaa kerhon ulkopuolella vietettiin esimerkiksi ulkoilemalla ja toistensa luona kyläilemällä. Kerholaiset tapaavat myös silloin tällöin niinä aikoina kun kerho on kiinni, esimerkiksi kesällä. Kerhossa tutustutaan siis muihin samassa elämäntilanteessa oleviin äiteihin ja kerhossa alkunsa saanut vertaistuki ulottuu myös kerhon ulkopuolelle.

Yhden äidin kanssa käymme ulkoilemassa, toisen kanssa treffataan toistemme luona ja niin edelleen.

Tapasimme kesällä uimarannalla muutaman kerran vauvakerholaisten kanssa.

Vertaistuen saanti on mahdollista myös internetin, erilaisissa virtuaalivertaisryhmissä. Verkossa tapahtuvat keskustelut mahdollistavatkin sen, että niihin voi osallistua useampi henkilö samalla kertaa ja saada näin tukea yhtäaikaan. Paikkoja, joissa virtuaalista vertaistukea voi saada ovat esimerkiksi blogit ja chat-yhteisöt. (Nylund 2005, 203) Eka vauva -kerhon äidit ovat muodostaneet myös oman yhteisön Facebookiin, jossa he voivat vaihtaa kuulumisia ja jakaa kokemuksia.

Meillä on oma facebookryhmä.

9.4 Kerhon toiminnan kehittäminen

Kaikki äidit olivat pitäneet kerhossa käyneistä vierailijoista, erityisesti vauvahieronta oli jäänyt äitien mieleen. Vauvahieronnasta oli pidetty, mutta muutama äiti mainitsi myös, että se ei ollut sopinut omaan elämäntilanteeseen, vauva oli ollut esimerkiksi vielä liian pieni. Vierailijat ovat olleet kuitenkin äitien mielestä teemaan sopivia ja kivaa vaihtelua, mutteivät kuitenkaan kerhon päätarkoitus. Äidit myös kokivat kerhon olevan juuri sopiva alle vuoden ikäisille lapsille.

Vierailijat tuovat kivaa vaihtelua, mutta melkeinpä parhaita kertoja olivat ne, kun oltiin vaan ”omalla porukalla” ja juteltiin tosi vakavistakin aiheista.

Vauvakerhossa ei tarvitse kovin paljon ylimääräistä äksöniä, aika hurahtaa syöttäessä, vaippaa vaihtaessa ja kahvitellessa.

Äidit toivoivat, että kerhossa käsiteltäisiin lapsen kasvuun liittyviä ajankohtaisia asioita. Toiveena oli esimerkiksi, että kerhossa saisi vinkkejä ja ohjeita ruuan valmistukseen sekä tietoa myös siitä, mitä ruokia minkäkin ikäiselle saa tai pitää kokeilla. Myös vauvahierontaa toivottiin uudelleen, ja samoin kuin kasvatusvinkkejä vauvan varttuessa. Vastauksista nousi myös esille toive siitä, että vierailija neuvolasta voisi olla hyvä.

Voisiko naapuritalon neuvolasta pyytää psykologia tai terveydenhoitajaa vierailemaan?

Seurakunnan työntekijöiden vierailuihin oltiin tyytyväisiä ja heidän suhteen haluttiin pitää sama linja, eli pyydetään niitä, joilla on kiinnostusta vauvakerhon teemoihin. Myös kummiutta toivottiin myös käsiteltäväksi teemaksi ja yksi äiti toivoi kerhoon erilaisia esittelijöitä.

Jotkut vaate tai muut esittelijät voisivat myös olla kivat. Äideille luksusta.

Äitien mielestä kerhossa on viihtyisää ja siellä on mukava ja lämmin tunnelma. Ajan lyhyiden takia äidit kokivat sen hyväksi, että ohjelmaa ei ollut liikaa vaan tunnelma oli rento. Kerhon toimintaan toivottiin kuitenkin lisää retkiä. Myös kerhon ajankohtaa pohdittiin.

Kellonaika on hankala kysymys... Oli ajankohta mikä tahansa, niin osalle porukasta se on kuitenkin huono. Monelle voi kuitenkin tehdä tiukkaa ehtiä yhdeksäksi.

Ohjaajat ovat ihania, viihdymme tosi paljon.

9.5 Miksi äidit käyvät Eka vauva -kerhossa

Jokaisesta vastauksesta nousi esille se, että äidit käyvät kerhossa tavatakseen muita äitejä ja tarjotakseen vauvoilleen aktiviteetteja. Äidit kokivat tärkeänä sen, että heidän vauvansa tapaa muita vauvoja ja saisi heistä jopa pitkäaikaisia ystäviä.

Tavataan lapsen kanssa täällä kavereita. Lapsi tykkää kun on muita lapsia ympärillä. Olisi kivaa jos kerhossa saisi ystäviä, joita jatkossa voisi tavata kerhon loputtuakin ja lapset saisivat kaverit toisistaan.

Äidit taas hakivat kerhosta vertaistukea. Heistä oli erittäin hyvä asia, että kerhossa näki muita esikoisensa saaneita äitejä, joiden kanssa pystyi vaihtamaan kokemuksia ja ajatuksia. Kerho koettiin myös ihanana vaihteluna kotiarkeen. Osa äideistä piti tärkeänä sitä, että kerho toi kirkollisia teemoja arkeen ja lapsen elämään. Kerhon antina äidit pitivät myös uusien laulujen ja leikkien oppimista. Myös kerhon ohjaajat saivat kiitosta toiminnastaan ja suhtautumisestaan vauvoihin.

Kävin kerhossa, koska se antoi valtavasti henkistä apua ja tukea esikoisen vanhemmuuteen. Kerho oli viikon kohokohta ja harmitti aina, jos se jäi väliin.

Olen tykännyt kerhon kiireettömästä ja lämpimästä tunnelmasta. On ollut myös hienoa seurata miten ohjaajat suhtautuvat vauvoihin. Lisäksi on ollut oikein mukava jutella muiden äitien kanssa vauvoista ja myös kaikesta muusta.

On mukava tavata muita äitejä ja vaihtaa kokemuksia. Ja kun kaikilla on sama tilanne eli ensimmäinen vauva.

10 Opinnäytetyön eettisyyden ja luotettavuuden arviointi

Selvityksen toteuttamistapaa suunnitellessa tärkeää oli miettiä, mikä toteutustapa sopisi parhaiten Eka vauva -kerhon toimintaan. Haastattelu karsiutui heti pois, koska pienet vauvat eivät jaksakaan olla kauan erossa äidistään, ja jos vauvat olisivat mukana haastattelussa, vanhemmat eivät saisi rauhassa vastata kysymyksiin. Lisäksi yksi kerhokerta kestää vain kaksi tuntia, joten yhdellä kerralla en olisi ehtinyt tekemään kovin monta haastattelua. Kyselylomakkeen valinta aineistonkeruutavaksi tuntui siten hyvältä ja luontevalta ratkaisulta. Kerhossa äideille on järjestetty aina kahvihetki, jonka aikana kerhon ohjaajat huolehtivat vauvoista ja leikittävät heitä. Tämä kahvihetki oli hyvä mahdollisuus toteuttaa kysely, koska silloin äidit saivat

vastata rauhassa kysymyksiin, mutta pystyivät kuitenkin säilyttämään katsetäisyyden vauvaansa ja olemaan näin tarvittaessa saatavilla.

Alasuutarin (2011,110) mukaan lomaketutkimuksessa on lähes aina periaatteena se, että kysymykset on esitetty mahdollisimman neutraalissa muodossa ja että kysymykset koskevat vain vastaajaa itseään. Kyselylomakkeen laatimisvaiheessa oli siis tärkeää ottaa huomioon se, että kysymykset eivät johdattele vastaajaa mihinkään suuntaan. Suunnittelin kysymykset mahdollisimman selkeiksi, neutraaleiksi ja sellaiseen muotoon, että niihin ei voinut vastata pelkästään kyllä tai ei. Näin sain tietää mahdollisimman laajasti vastaajien kokemuksia ja mielipiteitä. Tein myös kysymyksistä sellaisia, että niissä pyydettiin kertomaan vain omia näkemyksiä asioihin, eikä esimerkiksi arvioimaan muiden mielipiteitä.

Luotettavuutta on hyvä tarkastella jo selvitystä suunniteltaessa. Käsitteet, selvityskysymykset ja mittarit on suunniteltava huolellisesti, ja tärkeää on varmistaa, että mittarin kysymykset kattavat koko selvitysongelman. (Vilka 2005, 161) Kyselylomakkeeni kysymykset laadin ja jaottelin niin, että niissä toistuvat samat teemat kuin selvityskysymyksissänikin. Minun oli huomioitava se, että kysymyksiä oli riittävästi, jotta saisin kaiken tarvitsemani tiedon. Kysymyksiä ei kuitenkaan saanut olla liikaa, jotta vastaajat jaksaisivat ja ehtisivät vastata niihin huolella.

Tutkimuksen pätevyys eli valideetti tarkoittaa tutkimusmenetelmän ja mittarin kykyä mitata sitä, mitä tutkimuksessa on tarkoituskin mitata. Vastaajien pitäisi siis ymmärtää kyselylomakkeen kysymykset ja kyselylomakkeen tarkoitus. Tulokset siis vääristyvät, jos vastaaja ei ajattelekaan niin kuin tutkija on olettanut. (Vilka 2005, 161) Kyselylomakkeeni kysymykset pyrin rakentamaan mahdollisimman yksiselitteisiksi ja niin, ettei sekaannuksia pääsisi käymään. Olin myös itse paikalla, kun vastaajat täyttivät kyselylomaketta, jotta he voisivat tarvittaessa kysyä minulta neuvoa tai selvennystä kysymyksiin. Kyselylomakkeen liitteenä oli saatekirje, jossa selvitin tarkemmin opinnäytetyöni tarkoitusta ja luonnetta. Saatekirjeen luettuaan vastaajilla oli mahdollisuus itse päättää vastaavatko he kyselyyni vai eivät. Hirsjärvi ja Hurme (2008, 20) toteavatkin, että tutkimuksen kohteena olevien tulee voida hyväksyä tutkimus ja

kieltäytyä osallistumasta siihen sen tiedon varassa, joka koskee tutkimuksen tarkoitusta ja luonnetta.

Tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa on hyvä ottaa huomioon myös tutkimuksen reliabiliteetti eli se, että tutkimus on luotettava aina tietyssä ajassa ja paikassa. Tutkimustuloksia ei siis voi yleistää niiden pätevyysalueen ulkopuolelle, esimerkiksi toiseen aikaan tai paikkaan. (Vilkkä 2005, 161) Selvityksessäni tarkoitus olikin selvittää vain Eka vauva -kerhon toimintaa ja sen kehittämistä. Tarkoitukseni ei siis ollut saada kaikkiin samankaltaisiin kerhoihin yleistettävissä olevia tuloksia, vaan ainoastaan tuloksia, jotka koskisivat tätä yhtä tiettyä kerhoa. Vilkan (2005, 162) mukaan tutkimuksen kokonaisluotettavuus on hyvä, kun otos edustaa koko perusjoukkoa ja mittaamisessa on mahdollisimman vähän satunnaisuutta. Olin sopinut vauvakerhon ohjaajien kanssa päivän, jolloin menisin toteuttamaan kyselyäni. Päivän valinnassa otimme huomioon, että kerhossa olisi silloin mahdollisimman monta osallistujaa ja että mukana olisi jo kerhossa pitkään käyneitä ja vasta kerhoilun aloittavia. Näin sain mahdollisimman kattavat tulokset ja erilaisia näkemyksiä kerhosta. Kaikki sillä kertaa kerhossa olleet äidit olivat halukkaita vastaamaan kyselyyni ja sain vielä joitain vastauksia seuraaviltakin kerhokerroilta.

Tutkimusprosessissa myös johdonmukaisuus on tärkeä asia. Tutkittavan ilmiön, tutkimuksen aineiston hankintatavan, teoreettisen lähestymistavan, analyysimenetelmän ja tutkimuksen raportointitavan välillä on siis oltava looginen ja johdonmukainen yhteys. (Virtanen 2006, 202.) Käyttämäni teorialähteet pyrin valikoimaan niin, että suurin osa niistä olisi mahdollisimman uusia ja alle kymmenen vuotta vanhoja. Niin kirja- kuin internet-lähteissäkin tärkeää oli ottaa huomioon lähteen luotettavuus. Teorialähteiden ja teoriakokonaisuuksien valinnassa huomioin sen, että teorian ja tulosten välillä olisi yhteys, eli teoria tukisi saamiani tuloksia.

Yksi eettisyyden periaatteista on, että epärehellisyyttä on vältettävä kaikissa tutkimuksen vaiheissa. Esimerkiksi toisen tekstiä ei saa plagioida eikä tuloksia saa väärennellä. (Hurme ym. 2008, 25-27) Teoriaosuuden kirjoitin omin sanoin ja käytin lähdeviitteitä ilmaisemaan, mistä olen tietoni saanut. Tuloksia

analysoidessani totuudenmukaisuus oli tärkeässä osassa. Kirjoitin tulokset vääristelemättä niitä tai tekemättä niihin omia lisäyksiä tai olettamuksia. Tulosten totuudenmukaisuutta pyrin lisäämään äitien vastauksista esittämilläni suorilla lainauksilla. Alasuutari (2011, 95) toteaaakin, että lähdekritiikki on tärkeä osa analyysiä.

Tutkimusraportista on myös käytävä ilmi, että miten tutkija on reflektoinut, analysoinut ja raportoinut aihetta tutkimuksen eri vaiheissa (Virtanen 2006, 203). Olen pyrkinyt selostamaan opinnäytetyön toteutuksen, tarkoituksen ja tulokset vaiheittain mahdollisimman yksityiskohtaisesti ja tarkasti. Olen kertonut, miten osallistujat on valittu ja aineisto kerätty. Analysointimenetelmäni olen pyrkinyt perustelemaan ja selostamaan tarkasti ja selkeästi. Selvitykseni tarkoituksellisuutta ja merkityksellisyyttä lisää myös se, että Eka vauva -kerhon toimintaa ei ole aikaisemmin selvitetty tarkemmin.

Tulosten luotettavuutta lisää se, että äitien vastauksissa esiintyi samankaltaisuuksia, joten he olivat kokeneet asioita suunnilleen samalla tavalla. Toki vastauksissa oli joitain eroja, mutta esimerkiksi kysyttäessä kerhon antamasta vertaistuesta, kaikki äidit olivat kokeneet saavansa kerhosta vertaistukea. Virtanen (2006, 202) toteaaakin, että tätä ilmiötä kutsutaan tiedon laaduksi. Vaikka tiedon laatu perustuukin yksittäisiin kokemuksiin ilmiöistä ja tapahtumista, pystymme havaitsemaan niissä samankaltaisuutta, jonka avulla voimme tunnistaa erilaisia tapahtumia. Vaikka kokemus onkin aina ainutlaatuinen, samankaltaisuus perustuu kykyyn ajatella yleiskäsitteiden kautta.

Opinnäytetyöprosessini aikana tietooni saamat asiat säilytin niin, etteivät ne joutuneet sivullisten tietoon. Kyselyn toteuttamisvaiheessa pyrin myös lisäämään luotettavuutta ja eettisyyttä sillä, että olin itse jakamassa kyselylomakkeita, ja paikalla silloin kun äidit vastasivat niihin. Kerroin myös vastaajille sen, että noudatan vaitiolovelvollisuutta ja että kenenkään henkilöllisyyttä ei paljasteta. Kyselyssä saadut vastaukset hävitän asianmukaisella tavalla.

11 Yhteenveto ja pohdinta

Opinnäytetyöni tavoitteena oli selvittää, miten Lappeenrannan seurakunnan järjestämä Eka vauva -kerho tukee vauvan ja vanhemman välistä varhaista vuorovaikutusta. Tarkoitus oli myös selvittää, saavatko vanhemmat kerhosta vertaistukea, ja millaisia nämä saadut voimavarat ovat. Vauvakerhon tavoitteiden toteutumista ei oltu aikaisemmin tarkasti selvitetty, joten koin, että tämä aihe voisi olla mielenkiintoinen ja kehittää ammatillista osaamistani.

Kävin tutustumassa vauvakerhon toimintaan ja suunnittelin sen pohjalta avoimia kysymyksiä sisältävän kyselylomakkeen, jonka pääteemoina olivat varhainen vuorovaikutus, vertaistuki ja kerhon kehittäminen. Suoritin kyselyn sovittuna päivänä ja sain vastauksen kaikilta sillä kerralla kerhossa olleilta äideiltä. Muutama vastaus palautui minulle vielä jälkikäteen. Kokonaisuudessaan koin saaneeni kattavan määrän vastauksia. Tuloksia analysoin kyselylomakkeen teemojen pohjalta.

Kyselystä saamieni tulosten perusteella äidit kokivat Eka vauva -kerhon lisänsen varhaista vuorovaikutusta. Vuorovaikutusta lisäävinä tekijöinä mainittiin kerhosta opitut laulut ja leikit sekä muu yhteinen tekeminen, esimerkiksi askartelu. Äidit kokivat myös saavansa kerhosta paljon voimavaroja vertaistuen muodossa. Esikoisensa saaneilla äideillä oli mielessään paljon mieltä askarruttavia asioita ja he kokivat tärkeäksi saada keskustella niistä samassa tilanteessa olevien kanssa. Myös vauvan koettiin saavan kerhosta ikäisiään leikkitovereita ja uusia sosiaalisia suhteita. Äidit toivoivat myös, että kerhosta voisi syntyä heille itselleen ja vauvalle pitkiäkin ystävyys-suhteita. Kerhon toimintaa pidettiin hyvänä tällaisenaan, mutta joitakin kehittämisideoita tuli esiin. Äidit toivoivat esimerkiksi vauvahierontaa ja kummiutta käsittelevää keskustelua. Kerhon pääideana äidit kokivat kuitenkin sen, että toiminta olisi vapaata eikä liian ohjelmoitua. Kerhon tärkeänä antina äidit pitivät sitä, että he pääsevät viettämään rauhallista aikaa vauvansa kanssa kodin ulkopuolella ja voivat samalla vaihtaa kokemuksia muiden äitien kanssa vapaasti keskustellen.

Selvityksen tuloksista ja vierailukäynneistäni Eka vauva -kerhossa huomasin, että vauvakerhon toiminta on todella tärkeää sillä käyville äideille. Äidit kokivat

kerhon olevan jopa yksi viikon kohokohdista, jolloin pääsee vähäksi aikaa pois arkisista rutiineista. On mielestäni tärkeää, että tällaista toimintaa on olemassa, koska esikoisensa saaneille äideille arki voi olla välillä uuvuttavaa. Äitiys on uusi asia, eikä välillä välttämättä tiedä, miten vauvan kanssa pitäisi toimia. Toisten äitien samankaltaiset kokemukset auttavat jaksaman ja antavat äideille tietoa siitä, että kaikki on hyvin. Äidit kokivat siis saavansa kerhosta sellaista tukea ja sellaisia voimavaroja, joita he eivät kerhon ulkopuolelta muuten saisi.

Teoriaosuutta rajatessani yritin keskittyä juuri niihin aiheisiin, jotka liittyvät oleellisena osana Eka vauva -kerhon toimintaan. Saamani tulokset auttoivat myös teorian rajauksessa. Päätinkin keskittyä käsittelemään pääasiassa varhaista vuorovaikutusta ja vertaistukea. Mielestäni teoriaosuus ja tulokset täydentävät hyvin toisiaan ja tuloksista käy hyvin ilmi samoja tärkeitä asioita kuin teoriastakin.

Huomasin, että ohjaajan toiminnalla on suuri vaikutus siihen, millaiseksi kerho koetaan. Vanhemmat kiittelivät kovasti Eka vauva -kerhon ohjaajia ja heidän ammattitaitoaan. Koska juuri ammatillisuutta pidettiin tärkeänä, mielestäni olisi hyvä, että ohjaajia koulutettaisiin jatkuvasti. Tärkeää olisi myös huolehtia siitä, että ohjaajilla on paljon tietoa erilaisista vuorovaikutukseen liittyvistä riskeistä ja erityisesti vuorovaikutuksen tukemisesta.

Koen, että opinnäytetyöni on kehittänyt ammatillisuuttani. Olen saanut paljon tärkeää uutta tietoa, jota koulussa ei ole muuten opetettu. Koska saan lastentarhanopettajan pätevyyden, varhaisen vuorovaikutuksen ja vertaistuen merkityksen ymmärtäminen on tärkeä asia. Varhaisen vuorovaikutuksen laatu vaikuttaa koko ihmisen elämän ajan, joten se on myös havaittavissa päiväkodissakin. Lastentarhanopettajan on hyvä huomioida, että lapsen käyttäytymisen taustalla voi olla paljon erilaisia tekijöitä. Vanhemmat tarvitsevat vertaistukea myös silloin kun heidän lapsensa ovat jo päiväkotikäisiä. Päiväkotiharjoitteluissani olen ohjaajieni kanssa miettinyt juuri sitä, miten vanhemmat saisivat enemmän kontaktia toisiinsa, koska lasten tuonti- ja hakutilanteet ovat yleensä melko kiireisiä, eikä vanhemmilla ole aikaa jäädä vaihtamaan kuulumisia.

Jatkotutkimuksena voisi selvittää esimerkiksi sitä, mistä vanhemmat ovat saaneet tiedon Eka vauva -kerhosta, ja kuinka esimerkiksi kerhon ja neuvolan yhteistyötä voitaisiin kehittää. Keskustelussani seurakunnan lapsityönohjaajan kanssa esiin nousi heidän kiinnostuksensa siitä, kerrotaanko neuvolassa, että Lappeenrannassa toimii tällainen esikoisensa saaneille tarkoitettu kerho. En itse ottanut tätä yhteistyötä mukaan opinnäytetyöhöni, koska muuten käsiteltävästä aiheesta olisi tullut liian laaja.

Lähteet

Airas, C. & Brummer, K. 2006. Leikki on ikkuna lapsen sisäiseen maailmaan. Teoksessa Sinkkonen, J. (toim) Pesästä lentoon: kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. Vantaa: WSOY, 162-183

Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. 4. painos. Tampere: Vastapaino.

Belt, R. 2010. Äiti-vauvapsykoterapia: esimerkkinä huumetaustaisten äitien ryhmähoito. Teoksessa Silven, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet, Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Helsinki: Minerva kustannus, 149-165

Hauhia, H., Laine, M. & Rannikko, S. Terveysnetti 2007. Vauvan ja vanhemman välinen varhainen vuorovaikutus.http://terveysnetti.turkuamk.fi/perhenetti/varhainen_vuorovaikutus/vuorovaikutus.html Luettu 13.11.2012

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu: Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudemus

Jyrkämä, O. Karnell, S. Laimio, A. Lehtinen, I. Myllymaa, T. & Vahtivaara J-M. (toim) Vertaistoiminta kannattaa. SOLVER palvelut Oy, 25- 49.

Kajaanin ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyöpakki
<http://193.167.122.14/Opari/ontTukiLaadAnalyysi.aspx> Luettu 31.8.2013

Kalland, M. & Maliniemi-Piispanen, S. 1999. Vauvan kiikku: Kuvaus kokeilevasta vauvaperhetyöstä. Helsinki: EDITA

Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut, Turva ja tunteet lapsen silmin. Juva: Ps-kustannus, 27-48, 75-90.

Kylmä, J. & Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Editat, 31

Laimio, A. & Karnell, S. 2010. Vertaistoiminta – kokemuksellista vuorovaikutusta. Teoksessa Holm, J. Huuskonen, P. Jyrkämä, O. Karnell, S. Laimio, A. Lehtinen, I. Myllymaa, T. & Vahtivaara J-M. (toim) Vertaistoiminta kannattaa. SOLVER palvelut Oy, 9-20.

Lapsityö esite. 2012. Lappeenrannan seurakuntayhtymä.

Malin, M.-L. 2000. Vertaisryhmä elinvoimaa kasvattamassa. Teoksessa Malin, M.-L. (toim) Verkostot ja vertaiset. Helsinki: Kustannuksen edistämisyhdistys ry, 17-21.

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2012. Varhainen vuorovaikutus.
http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/vanhemmuus_ja_kasvatus/lapsen_ja_vanhemman_varhainen_vu/ Luettu 2.11.2012

- Metsämuuronen, J. 2006. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Teoksessa Metsämuuronen, J. (toim.) Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Jyväskylä: InternatiomalMethelpKy, 81-150.
- Mäntymaa, M. 2007. Lapsen mieli, aivot ja vuorovaikutus. Teoksessa Schulman, M. Kalland, M. Leiman, A-M. & Siltala, P. (toim.) Helsinki: Therapiea-säätiö, 43-51.
- Niemelä, P. 2003. Äitiyden tunteen syntyminen. Teoksessa Niemelä, P. Siltala, P. & Tamminen, T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WSOY, 237-251.
- Nylund, M. & Yeung, A-B. 2005. Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus.
- Pajulo, M. & Pyykkönen, N. 2011. Mentalisaatiokyky varhaisessa vanhemmuudessa. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOY, 71-94.
- Puura, K. & Mäntymaa, M. 2010. Vanhemman ja vauvan vuorovaikutuksen tukeminen. Teoksessa Deufel, M. & Montonen, E. (toim.) Onnistunut imetys. Tampere: Duodecim, 31-33.
- Rusanen, E. 2011. Hoiva, kiintymys ja lapsen kehitys. Porvoo: Oy Finn Lectura Ab.
- Salo, S. 2012. Emotionaalisen saatavilla olon lisääminen päivähoidossa. Teoksessa Kanninen, K. & Sigfrids, A. (toim.) Tunne minut: Turva ja tunteet lapsen silmin. Juva: PS-kustannus, 91-104.
- Salo, S. 2006. Kiintymyssuhteen merkitys elämänkaaren aikana. Teoksessa Sinkkonen, J. (toim) Pesästä lentoon. Kirja lapsen kehityksestä kasvattajalle. Vantaa: WSOY, 44-77. 3.painos.
- Salo, S. 2011. MIM- havainnointi varhaisen vuorovaikutuksen tukena: Raskaus ja pikkulapsivaihe (0-2-v.) Jyväskylä: Psykologien kustannus oy.
- Salo, S. & Tuomi, K. 2008. Hoivaa ja leiki, vauvan ja vanhemman vuorovaikutus. Psykologien kustannus oy, 36-44.
- Saranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV- Menetelmäopetuksen tietovarasto. http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_4.html (Luettu 31.8.2013)
- Schulman, M. 2007. Leikin kehittyminen sisäisen ja ulkoisen maailman tutkiskeluksi ja viestinnäksi. Teoksessa Schulman, M. Kalland, M. Leiman, A-M. & Siltala, P. (toim) Lastenpsykoterapia ja sen vuorovaikutukselliset ulottuvuudet. Helsinki: Dark Oy, 246-265.

Silven, M. 2010. Varhainen vuorovaikutus, kognitio ja kielen kehitys: hermostoa kaikki tyynni. Teoksessa Silven, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet, Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Helsinki: Minerva kustannus, 45-63

Silven, M. & Kouvo, A. 2010. Vuorovaikutus, varhainen kiintymyssuhde ja psyykkinen hyvinvointi. Teoksessa Silven, M. (toim.) Varhaiset ihmissuhteet, Polku lapsen suotuisaan kehitykseen. Helsinki: Minerva kustannus, 65-89

Sinkkonen, J. 2003. Lapsen kiintymyssuhteen syntyminen ja sen häiriöt. Teoksessa Niemelä, P. Siltala, P. Tamminen, T. (toim.) Äidin ja vauvan varhainen vuorovaikutus. Juva: WSOY, 92-105.

Sinkkonen, J. 1999. Lapsen psyykkinen kehitys. Teoksessa Sinkkonen, J. & Pihlaja, P. (toim.) ULOS umpikujasta. Porvoo: WSOY, 15-34

Sjöberg, L. 2009. Vauvalla on ääni. Teoksessa Kuosmanen, S. (toim.) Vauvan ääntä etsimässä. Helsinki: Ensi ja turvakotien liitto ry, 17-37.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Opas työntekijöille.
http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3578.pdf&title=Lastenneuvola_lapsiperheiden_tukena_fi.pdf Luettu 16.11.2012

Tamminen, T. 2004. Olipa kerran lapsuus. Juva: WSOY.

Tervo, M. 2009. Koti resonoi vauvan ääntä. Teoksessa Kuosmanen, S. (toim.) Vauvan ääntä etsimässä. Helsinki: Nykypaino, 38-51.

Toivanen, L. 2012. Lappeenrannan seurakunnan lapsityönohjaajan haastattelu.

Vahtivaara, J-M. 2010. Kokemustieto – vertaistuesta vaikuttamiseen. Teoksessa Holm, J. Huuskonen, P. Jyrkämä, O. Karnell, S. Laimio, A. Lehtinen, I. Myllymaa, T. & Vahtivaara J-M. (toim) Vertaistoiminta kannattaa. SOLVER palvelut Oy, 21-23.

Vanhanen, E. 2011. Vertaistuki verkkokeskustelussa – neuvottelevaa tukea ja autoritääristä auttamista. Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakusilehti Janus. 2011/1 vol 19. 36-51.

Viljamaa, M.-L. 2003. Neuvola tänään ja huomenna. Vanhemmuuden tukeminen, perhekeskeisyys ja vertaistuki. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteen tiedekunta. Väitöskirja.

Vilkka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Keuruu: Tammi

Virtanen, J. 2006. Fenomenologia laadullisen tutkimuksen lähtökohtana. Teoksessa Metsämuuronen, J. (toim) Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Jyväskylä: Gummerus, 151-215.

TAUSTATIEDOT

1. Lapsen ikä _____ kk?
2. Milloin aloitit kerhossa käynnit? _____
3. Kuina säännöllisesti käyt EKA VAUVA kerhossa?

4. Kuinka monta kertaa suunnilleen olet käynyt kerhossa yhteensä?

VARHAINEN VUOROVAIKUTUS

5. Kuvaile miten kerho on lisännyt vuorovaikutusta sinun ja lapsesi välillä?
(syöttely, leikit, menetelmät...)

6. Millaisia uusia menetelmiä tai vahvistusta olet saanut vuorovaikutukseesi lapsesi kanssa?

7. Mikä on kerhon ohjaajan vaikutus tai merkitys vuorovaikutuksen lisääntymiseen lapsesi kanssa?

KERHON TUOMA VERTAISTUKI

8. Oletko tuntenut ketään kerhon muista vanhemmista ennen kerhoa?

9. Oletko saanut kerhosta uusia tuttavvia?

10. Tapaatko tai vietätkö yhteistä aikaa kerhon kävijöiden kanssa kerhon ulkopuolella?

TOIMINNAN KEHITTÄMINEN

11. Mitä olet pitänyt kerhon vierailijoista?

12. Mitä teemoja/vierailijoita toivoisit jatkossa?

13. Miten mielestäsi kerhon toimintaa voisi edelleen kehittää?

14. Miksi käyt kerhossa ja mitä odotuksia sinulla on kerhosta?

SAATEKIRJE

Arvoisa vastaaja

Olen sosionomi (AMK)-opiskelija Saimaan ammattikorkeakoulusta Lappeenrannasta. Teen opinnäytetyöni yhteistyössä Lappeenrannan seurakunnan lapsityönohjaajan Laura Toivasen kanssa. Opinnäytetyössä selvitetään EKA VAUVA kerhon vanhempien kokemuksia kerhon tuesta varhaiseen vuorovaikutukseen ja vertaistukeen.

Kyseluun vastaaminen on vapaaehtoista ja tapahtuu nimettömästi. Kerättyä aineistoa käytetään vain tämän opinnäytetyön tekemiseen ja kerhon kehittämiseen. Kyselyn vastaukset hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua.

Koska jokaisella EKA VAUVA–kerhon käyttäjällä on henkilökohtainen näkemys kerhosta, niin toivon että saan sinun mielipiteesi mukaan selvitykseen, jotta toimintaa voidaan kehittää entistä paremmaksi.

Kiitos jo etukäteen avustasi ja mielenkiinnostasi opinnäytetyötäni kohtaan!

Ystävällisin terveisin

Soile Orkamaa

soile.orkamaa@student.saimia.fi